9

بەرەو

منتدى إقرأ الثقافي

www.iqra.ahlamontada.com

کۆڤارێکی
بواری
پەرەپێدانی
مرۆیی گشتییە
شوباتی
2013

غلۆربوونەوە!

کە تۆ کۆیلەی پارە بیت
ئازادنیت!

خانمان ئەمەیە ڕۆمانسیەت!

ئایا تۆ بە هیوای
هاوسەرگیریت یان نا؟

وێستگەکانی
بەخۆداچوونەوە

وەرە دەرەوە لە
ناخی خۆت

گرفتی دڵەڕاوکێ، لای
ئەو خوێندکارانەی
تازە دەچنە زانکۆ

10
دەروازەکانی سەرکەوتن

هاوسەنگی لە گەمەی سێرك ئەستەم ترە!

بەرەو

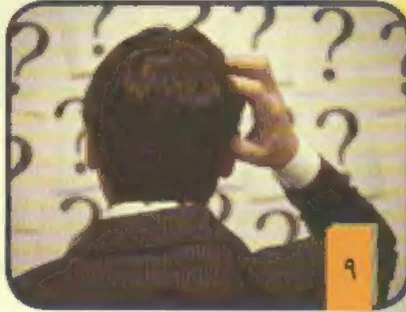
گۆڤارێکی بواری پەرەپێدانی مرۆیی گشتییە
ژمارە (9) شوباتی 2013

٣

٢٨

٦

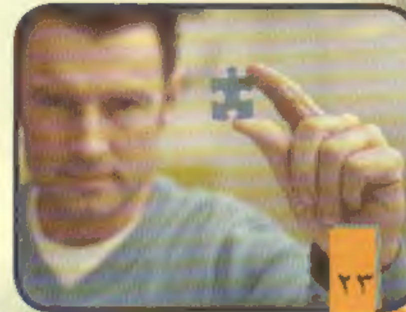
٣٢


٩

٤٢

١٦

٤٦


٢٣

راوێژکاران

شەماڵ موفتی   د.کەریم ئەحمەد
د.سادق عەزیز خۆشناو   د. ئەحمەد وەرتی

خاوەنی ئیمتیاز

ئەوزاد سەلام خۆشناو
٠٧٥٠٤٥٢٢٢٢٤
khoshnaw_n@yahoo.com

سەرنووسەر

یاسین ئەحمەد زەنگەنە
٠٧٧٠١٤٨٨٩٦٢ - ٠٧٥٠٤٣٣٨٥٨٧
yaseenzangana@yahoo.com

بەڕێوەبەری نوسین

عەلی ئیبراهیم حەسەن

دەستەی نوسەران

ئومێد مستەفا
ئیحسان برهان الدین
ئەمیر ئەحمەد عەبدولقادر
ئیمان ناصح

بەشی ریکلام
٠٧٥٠٤٢٠٠٦٥٦

تایپێست

هاوڕێ یاسین

ناردنی بابەت و پەیوەندییەکان لەرێگای سەرنوسەرەوە دەبێت.

نرخی 2500 دینارە

دیزاین گۆڤاری بڕیار

هەولێر- شەقامی ئیسکان بەرامبەر ڕاین مۆڵ

بەناوی خوای بەخشندەی میهرەبان

دەستپێك

سەرنووسەر

هاوسەنگی لە گەمەی سێرك ئەستەم ترە !!!

– زۆرجار لێرەو لەوێ وتار و نوسین و گۆشەنیگا دەربارەی ڕاگرتنی هاوسەنگی لە ژیاندا دەخوێنینەوە، و هەر یەك لە ڕوانگەی دیدوبۆچونی خۆیەوە تاوتوێی دەکات و خاڵ ڕیز دەکات، هی وایان هەیە هێندە تیۆرییە خاوەنەکەشی ناتوانێت لە ژیانی خۆیدا پراکتیزەی بکات، ئەمەش بێگومان بێ هۆ نیە، ڕاگرتنی هاوسەنگی وە نەبێ کارێکی ئاسان بێ، مرۆڤ بە ئاسانایی پیادەی بکات، هاوسەنگی هەوڵ و کۆشش و هزرو ژیری و زاڵبوون بەسەر خوددا دەخوازێت. دەکرێت بڵێین،ڕاگرتنی هاوسەنگی وەك تێپەڕبوون یان ڕاکردن بەسەر گوریسی یاری سێرکدا وایە، ئەمەش تواناو مەهارات و لێهاتوویی دەوێت.

– مرۆڤەکان بە زۆری لەنێوان زێدەڕۆیی و بەفیڕۆداندان، زێدەڕۆیی لەبوارێکی ژیان و کەمتەرخەمی لە بوارەکانی تردا. بۆیە دەبینین دەرەنجام هەست بەخۆشی و چێژ و شادومانی ناکەن و جگە لە حەسرەت و ماندووبوون هیچی تر نادورنەوە.

– هەموو مرۆڤێکی نۆرماڵ ئەم پێداویستسانەی هەیە وەك، ژیانی پیشەیی و بژێوی ژیان، لایەنی ڕۆحی و پەرستش، ژیانی خێزانی و کۆمەڵایەتی، پشوو و حەوانەوە، وەرزش و حەزو خولیای هونەری، ڕۆشنبیری...تاد، پێویستە بۆ هەریەکەیان کاتی گونجاو تەرخان بکات و هێندەی خۆی بایەخی پێ بدات.

– بۆ نموونە هەرکات توانیمان ئەرکەکانی ئەورۆژەمان بەتەواوی جێبەجێ کرد، ئەوا لەناخەوە هەست بەخۆشی و حەسانەوەو ئارامی دەکەین، گەیشتن بەم هەستە لە ڕاپەڕاندنی کاروباردا کارێکی وا ئاسان نیە، بەڵکو پابەند بوون بەرێکخستنی کات و هاوسەنگی دەخوازێت.

– کەسانی وا هەیە لەکارو کاسبی بارەپەیداکردندا سەرکەوتنی باشی بۆ خۆی تۆمار کردووە و ماڵ و سامانێکی وای کۆکردۆتەوە ڕەنگە بەچەند نەوەیەکی دوای خۆی تەواو نەبێت، بەڵام دەبینین لە رووی خێزانی و پەروەردەی منداڵ و بارەکانی تردا حاڵی شڕو وێرانە و کەس خۆزگەی پێ ناخوازێت، لەناو چەندین قەیراندایە و تەنانەت چێژ لە ماڵ و سامانەکەشی وەرناگرێت تووشی چەندین نەخۆشی درێژخایەن بۆتەوە، مەپرسە کەس بەحاڵی نەبێت.

هەرکات نەمانتوانی هاوسەنگی بپارێزین و لەبوارێکدا ڕۆچووین لەسەر حیسابی بوارەکانی تر، ئەوا بێگومان دەبێت باجەکەی بدەین و زۆرجاریش باجەکان هێندە نرخیان قورسە ژیانمان پەشێوو شپرزو ناسۆر دەکات.

گرفتی دڵەڕاوکێ، لای ئەو خوێندکارانەی تازە دەچنە زانکۆ

د. ڕێدار محمد امین
پسپۆری نەخۆشیە دەروونیەکان

بوونی بڕێك لە دڵە ڕاوکێ شتێکی ئاسییە لە هەر مرۆڤێکدا،گۆڕینی ژینگەو شوێنی کاریان نیشتە جێبوون، هۆکاری ئاسا یی و ڕاراپین و فشار بۆ دەروونی مرۆڤ دروست دەکەن، چونکە مرۆڤ کەمترین زانیاری و ئەزموونی لەم ژینگە نوێیانە هەیە، وەك بەشی ناوخۆیی وبوونی هاوڕێی تازە لەم بەشە ناوخۆییانەیان لە کۆلێژ،مامەلە کردن لەگەڵ کەسی نوێ، کەسایەتی نوێ، بیرو بۆچونی نوێ، ژیانی کۆمەڵایەتی نوێ، فشاری خوێندن،ڕێکخستنەوەی لایەنی ئاتر بوری،بیر کردنەوە لە دوارۆژ،نمرە هێنان،ئەمانە هەموویان دەبنە هۆی ڕاراپی و فشار دروست کردن لەمانەش زیاتر بۆ یەکەمجار دوورکەوتنەوە لە ماڵ و هەلگرتنی بەر پرسیارییەتی نوێ بەبێ پاڵپشتی ئەندامانی خێزان، دڵەڕاوکێ و فشارەکە زیاتر دەکات.

ئەم فشارو دڵەڕاوکییانە لە زۆر بەی خوێندکاران هەیە و بە شتێکی ئاسایی دادەنرێت، چونکە دوای ماوەیەك بزر دەبن و خوێند کارەکە دەگەڕێتەوە دۆخی ئاسایی جارانی، بەڵام ئەگەر ئەم حاڵەتە بەردەوام بوون،ئەوا دەبنە گرفتی دڵە ڕاوکێ. بەتایبەت لەو خوێندکارانەی بەر چوونە زانکۆ گرفتی دڵە ڕاوکێیان هەبووە.

بۆیە زوو ناسینەوەی ئەم حاڵەتانەو

یارمەتی دانی خوێندکاران هەنگاوێکی گرنگە، ئەوەی جێگای داخە هیچ پشکنین و هەڵسەنگاندنێکی دەروونـــی بۆ ئەم خوێندکارانە ناکرێ لە کاتێکدا زۆربەی خوێندکاران نازانن چۆن مامەڵە لەگەڵ فشارو دڵەڕاوکێ بکەن،چو ڕاوکێ بکەننکە بە درێژای ١٢ ساڵی خوێندن ئەلف و بێ ی سایکۆلۆژیاشیان نەخوێندووە.

بـۆیـە زور گـرنـگـە هـەر یـەك لە خوێـنـدکارەکە، مامۆستایان، خێزانی خوێندکارەکە شـارەزایی تـەواو لە سەر نیشانەو گرفتەکانی دڵـە ڕاوکـێ پەیدا بکەن، تاکو بەزووترین کات ئەم گرفتانە بناسنەوە و ڕەوانەی لای پزیشکی دەروونی بکەن چونکە لە کاتی بوونی ئەم هەموو گۆڕانکاریە کتوپڕ و نوێیەو بوونی دڵە ڕاوکـێ و ڕاڕایـی زور، کاریگەری زوری لەسەر توانای ئەقڵی و جەستەیی جێ دەهێڵێت.

دڵە ڕاوکێ چیە ؟

هـەر ڕۆژێـك تاقی کـردنـەوەم هەبێت، زۆر توشی دڵـە ڕاوکـی دەبـم ئۆقرەم لێ دەبڕێت خواردن و میزاجم تێك دەچێت، ئـەو شـەوە ناخـەوم یـان کـەمێك دەخـەوم کـە تاقیکردنەوەکە تـەواو بـوو، منیش چاك دەبمەوە، بەڵام ماوەیەکە دوای تاقی کردنەوەش دڵە ڕاوکێم هەیە.

ناوە ناوە، بەبێ بیر کردنەوە لە هیچ ترس یان گرفتێك توشی دڵە کوتان دەبم، لەگەڵدا هەناسەم سوار دەبێت هەندێك جار وادەزانـم دەخنکێم، ئەم حاڵەتە زیاتر لە ١٠ خولەك دەخایەنێت و دوایی دەگەڕێمەوە دۆخی جارانم.

هەمیشە هەستم بە ناڕەحەتی دەکرد، لە گەدەدا، هەستم دەکرد ڕیخۆڵەکانم پڕن لە گـاز، هەمیشە ترسێك باڵی بە سـەردا کێشاوم، ئەم دەزانی سەرچاوەی ئەم ترسە چیە ؟ من هەموو شتێکم بەرەش یان سپی دەبینیلەزۆربەی حاڵەتەکانیشدا تەنها ردبە ڕەش دەمبینی.

ئەم نامیلکەبە هەوڵێکە بۆ ناساندنی دڵەڕاوکێ، هۆکارەکانی،کاریگەریەکانی و چـی بکەین بـۆ ئـەوەی دڵـە ڕاوکـێ کەم بکەینەوە،لە هەمان کاتداهەوڵێکە بۆ دڵـدانـەوەی هـاورێ و خزم و کەس لەبارەی ئەم گرفتە

دڵە ڕاوکێ چیە؟

بریتی یە لە حاڵەتیکی ڕاڕایی و ترس، لە داهاتودا،جا ئەم داهاتوە نزیك یان دوور بێت لە کاتێك نازانین چ ڕوو دەدات،هەر یەك لە ئێمە ناوە ناوە توشی دڵە ڕاوکێ دەبێت، زۆر خەڵك باس لە ڕاڕای،گـرژ، ئائارامی و ترس دەکـەن لەکاتی تاقیکردنەوە، چوون بۆ نەخۆشخانە،ئەنجامدانی چاوپێکەوتنی تەلەفزیۆنی،یان دەست پێکردنی کارێکی نوێ،تۆ ڕەنگە هەست بە ناڕەحەتی بکەیت و ترس لەوە هەبێت لەم کارە سەرنەکەویت، بەم شێوەیەش ئەم ڕاڕایە کاریگەری لەسەر خەو، خواردن،و توانایی تەرکیز کردن هەیە. ئەگەر هەموو شتەکان باش بوون دڵە ڕاوکێ نامێنێت. دڵە ڕاوکێ ی کاتی یان بڕی کەم لەو دڵەڕاوکێ یە بۆ مرۆڤ بەسودە، چونکە هانت دەدات بخوێنیت، کارەکە بە جوانی بکەیت، بـەڵام ئەگەر دڵـەڕاوکـێ یەکە لە حاڵەتی خۆی زیاتر بووئەوا کاریگەری لەسەر کار و چالاکی و بیر کردنەوەت دەبێت.

لەبەر چی هەندێك خەڵك لەهەندێکی تر زیاتر توشی دڵە ڕاوکی دەبن؟

زۆر فاکتەر هەن دەبنە هۆی سەرهەڵدانی دڵەڕاوکێ،ڕەنگە شتێکی ناخۆش لە ڕابـردوو ڕوویـدابـێت،ئـەو وەختە تۆ نەتوانیت وەك پێویست مامەڵەی لەگەڵ بکەیت،بۆیە ئێستا دڵەڕاوکێت هەیە،چونکە هەمان حاڵەت هەیەو دیسان نازانیت چۆن مامەڵەی لەگەڵبکەیت،بۆیە دیسان توشی ڕاڕایـی و دڵـە ڕاوکـێ دەبیت. لەوانەیە ڕاڕاییت هەبێت لە بارەی دوا ڕۆژدا هەندێك جار ئەگەر ئێمە هەست بکەین کەوا ناتوانین کۆنترۆڵی هەندێك لایەنی ژیانمان بکەین، ئەوا توشی دڵە ڕاوکێ دەبین، بەتایبەت بیر لەو شتانە دەکەینەوە کەوا لـەدەرەوەی کۆنترۆڵی ئێمەدان وەك بۆ نموونە،

تـرس لـە تـوش بـوون بـە جەڵتـەی دڵ،شێرپەنجە،لەدەست دانی کارتەنانەت هەندێك جار دڵەڕاوکێیەکەمان گەورەتر دەبێت و ترسمان لە تەقینەوەی بۆمبی ناوەکی ،بوومەلەرزە ،لافاو .....هتد دەبێت

هـەنـدیـك جـار بـەهـۆی شـێـوازی پەروەردەکردنەوە مرۆڤ توشی دڵە ڕاوکێ دەبـێـت وەك ستایلێکی ژیـانـی لـێ دێـت، لەوانەیە ئەندامانی خێزانەکەت بە گشتی ژیان بە شوێنێکی پڕ مەترسی ببینن

بـۆمـاوە، مـامـەڵـەی ڕۆژانـە،فـشـاری ژیـان،کـەسـایـەتـی،پـەروەردەی خـێـزان، ئەمانەهەموویان کاریگەریان لەسەر دروست بوونی دڵە ڕاوکێ هەیە.

جگـە لـەمـانـە بـەبـەردەوام خـواردن و خـواردنـەوەی، چا، قاوەشەکری زۆر،خـواردنـی خـراپ، بەکارهێنانی مـاددەی هۆشبەر ماندوو بوون، فشاری ژیان، زیانی لاوەکی هەندێك دەرمان، هەمووی دەبنە هۆی زیاد بوونی دڵەڕاوکێ

پـاش مـاوەیـەك لە دڵەڕاوکێی ئاسایی، هەندێك هەندێك خەڵك دەست دکەن بەترس لـە دڵـە ڕاوکـێ بەتایبەتی ترسی ئـەوەی نەتوانن کۆنترۆڵی بکەن (ترس لە ترس)، بەم شێوەیەش لە بازنەیەکدا دەخولێنەوە،ئەوان توشی دڵە ڕاوکێ دەبن چونکە تر سیان لە نیشانەکانی دڵە ڕاوکێ هەیە.

کاریگەرییەکانی دڵە ڕاوکێ چین؟

دڵە ڕاوکێ کاریگەری لەسەر هەریەك لە جەستەو دەروون هەیە

کاریگەرییە جەستەییەکان

زیـاد گرژبوونی ماسولکوکان دەبنە هۆی مـانـدوو شەکەت بوون،هەناسەدانی خێرا دەبنە هۆی ئـەوەی کەسەکە هەست بە گێژبوون،سەر سوووڕان و لەرزین بکات و هەندێکجاریش باسی لە ژانـە سەرێك دەکات لە شێوەی دەرزی ئاژنین،زیاد بوونی فشاری خوێن وای لێ دەکات زیاتر هەست بە لێدانی دڵ بکات، بەهۆی گۆڕانی خوێن لە کۆئەندامی هەرس هەست هێڵێنج هاتن دەکـات و لەوانەیە بڕشێتەوە،گرژبوونی کۆئەندامی دەمار وای لێدەکات زوو زوو بچێتە ئاودەست بۆ میزکردن و هەست بە ناڕەحەتی بکات لە سکیدا.

کاریگەرییە دەروونییەکان

بریتین لە ترس،هۆشیاری زۆر،ئۆقرە نەگرتن و ئـارام نەگرتن، ڕەنگە حەزێکی زۆرت هەبێت خەڵکانی تر دڵت بدەنەوە و پشت بەوان ببەستی.

شێوازی بیر کـردنـەوە ت دەگـۆڕێـت،و هەموو شت بە ڕەش بینی دەبینی و پێت وایە هەموو شتێك بەرەو خراپی دەڕوات،بۆ نموونە کاتێك لە چاوەڕوانی هاوڕێیەکت دایت و ئەو دواکەوتووە، تۆ ترسی ئەوەت هەیە توشی ڕووداوبووە،یان هەر نایەویەت بتبینێت، بـەڵام لە ڕاستیداهیچیان نیەو ئۆتومبیلەکەی دواکەوتووە.

ناظم عبدالله
ئەڵقەی دووەم

هۆكارەكانی جوانی لە بەهەشتدا

لە ڕوە مادیەكەشەوە خوای گەورە بە شێوەیەك مرۆڤی دروست كردوە، كە هیچ دروستكراوێكی هاوشێوەی مرۆڤی دروست نەكردوە، وەكو خوای گەورە ئەفەرموێت: ﴿وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُوَرَكُمْ﴾ التغابن:٣ یان ئەفەرموێ: ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾﴾ التین:٤

هەروەكو پێغەمبەر(صلی الله علیه وسلم) ئەفەرموێت لە شەوی میعراج دا یوسف پێغەمبەرم بینی (درودی خوای لە سەر بێت): (أعطي یوسف (علیه السلام) شطر الحسن) مسلم

گێڕاویەتیەوە، وە ئەم شێوە جوانیە مادیەیە مرۆڤە كان بە ڕێژەیەك مرۆڤ دەستی لە ناشیرین كردنیدا هەیە وەكو خوای گەورە ئەفەرموێت: ﴿ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُم بَعْضَ الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ ﴿٤١﴾﴾ الروم:٤١

كە بەشێك لەو (فساد)ە پیس بونی ژینگەیەو بە هۆی مرۆڤەوە ئەنجام ئەدرێت كە بە هەموشێوەیەك كاریگەری لە سەر مرۆڤەكان جێ هێشتوە، خوای گەورە ئەم بونەوەرەی وا دروست كردوە هەموی تەواو كەری یەكترن، بۆیە مرۆڤەكان هەرچەند بیانەوێت جوانی خۆیان پیشان بدەن، ناتوانن جوانی ڕاستەقینەی خۆیان بگێڕنەوە چونكە بەشێكی پەیوەندی بە ژینگەو تایبەت مەندی سروشتی زەویە وە هەیە، تا مرۆڤ لەسەر زەوی بێت جوانیە مادیە تەواوەتیە كەی پێ ناگەڕێنرێتەوە، بەو شێوەیەی كە خوای گەورە لە بەهەشتدا دروستی كردوە بەشێكیشی تایبەتە بە سروشتی بەهەشتەوە كە دروست كراوەكانی ژینگەی بەهەشت بە گیان دارو بێ گیانەوە هاوشێوەی دونیا نیە، بەڵكو لەجوانی وبارستایی وجموجوڵ وخواردن و ئارەزوە مرۆییەكان زۆر جیاوازە لەوانەی لە دونیادا هەیە بەڵكوهەر ناوەكانیان وەك یەكن .

٢.٢بالای ئادەم (درودی خوای لەسەر بێت) شەست گەز بووە، و تا ئێستا مرۆڤ بچوك ئەبێتەوە.

لە كۆیی ئەم ئایەت و فەرمودانە دا ئەگەینە ئەو ئەنجامەی هەموو ئەو جوانی وتێروتەسەلی لە بالاو تەمەن درێژییەی كە مرۆڤ لەسەرەتاوە هەی بووە تایبەتە بەكەش وهەوایەكەوە كەلە سەرەتاوە مرۆڤ تێیدا ژیاوە، ژینگە پاكی هۆكاری تەمەن درێژی و ئەو هەمو مواصفاتە بەرزانەیەوەژینگە پیسی وكەش وهەوای خراپیش سەرەكی ترین هۆكاری تەمەن كورتیەبۆیە ئەگەر مرۆڤ بیەوێت تەمەنی درێژ بێتپێویستە بە خەمی كەش وهەوایەكی پاك ولەبارو گونجاوەوەبێت، وە ئەو ژینگە نا تەندروستەی لە ئێستا دا مرۆڤ تیایدا ئەژیت، سەرەكی ترین هۆكاری تەمەن كورتیە، ئەو فەرمودەیەی پێغەمبەریش (صلی الله علیه وسلم)وەكو موعجیزەیەك، جگە لە ڕاهاتنی مرۆڤ لەگەڵ ژینگەی زەویدا كە وەكو ژینگەی بەهەشت نیەهەواڵی ژینگە پیسی زەمەنەكانی دوایی ئەدات كە ئەفەر موێت: (ولا یزال الخلق ینقص حتی الآن) ئادەم (سەلامی خوای لەسەر بێت) تا لە بەهەشت دایە باڵا گەورەو دیمەن جوانە، كاتێك دێتە سەر زەوی كەم كەم ئەوەكانی بچوك ئەبنەوەو شێوازیان ئەگۆڕێت، بەڵام كاتێك مرۆڤەكان ئەچنەوە بەهەشت ئەچنەوە سەر شێوەی قۆناغی یەكەم كە باوكە ئادە میانی لە سەر بووە، ئەگەر بەنمونە خەڵكی وڵاتانی ئەسكندنافی وئەڵمان ویۆنان بەرانبەر بكەین بەخەڵكی هەندێك لە وڵاتانی وەكو ئەفریقیا و ئاسیای ناوەڕاست وهیندستان، بە هۆیی جیاوازی ژینگەكەیانە وە جیاوازیان هەیە، مەبەستم ئەوە نیە مرۆڤ ئەتوانێت زەوی وەكو بەهەشت لێ بكات، چونكە زەوی هەندێك صیفەت و تایبەتی مەندی خۆی هەیە هەرچیەكی لێ بكەیت لە وەصفی زەوی بونی دەر ناچێت، بەڵام هەر ئەم زەویە نەبووە كە مرۆڤە كان لە سەری تەندروستی وتەمەنێكی درێژیان هەبوە بەتایبەتی لە سەردەمی نوح (درودی خوای لە سەربێت)؟. بەڵام ئەبێ ئەوە بسەلمێنین كە خوای گەورە چۆن ژیانی دونیای بە ئەسباب سازاندوەو ﴿وَآتَيْنَاهُ مِن كُلِّ شَيْءٍ سَبَبًا ﴿٨٤﴾﴾ الكهف:٨٤

بەهەمان شێوە ئەگەر لە ئایەتە كانی قورئانی پیرۆزو فەرمودەكانی پێغەمبەر(صلی الله علیه وسلم) وورد ببینەوە ئەبینین خۆشی و ژینگە جوانی بەهەشتی بە هەمان شێوە بە هۆكار دروستی كردوە، وە جۆری كەش وهەواكەی جوانی بە دانیشتوانی بەهەشت و بەهەشتیەكان بەخشیوە، سوننەتی خوای گەورە وانیە لە بیاباندا گوڵ و گوێز بڕوێنێت و، خورما لە كوێستان! ئێمە لە گەڵ سروشتی زەویدا ڕا هاتوین هەر بێنج هەستەكەمان لەگەڵ زەویدا مامەڵە ئەكات لە پشتی ئەوەوە هیچی تر نازانین، بۆیە ئەگەر تەماشای قورئان وفەرمودەی پێغەمبەر(صلی الله علیه وسلم) بكەین ئەبینین كۆمەڵێك زانیاری سەرەتاییمان ئەداتێ تا وەكو لە چوار چێوەی وێنەكێشانی ئەم زەوی و بونەوەرە (التصویر الكونی) بچینە دەرەوە، كە خوای گەورە ئەفەرموێت: ﴿يَوْمَ تُبَدَّلُ الْأَرْضُ غَيْرَ

﴿... ٱلْأَرْضِ وَٱلسَّمَٰوَٰتُ وَبَرَزُوا۟ لِلَّهِ ٱلْوَٰحِدِ ٱلْقَهَّارِ ﴿٤٨﴾﴾ ابراهیم: ٤٨ لە تە فسیری (التحریر والتنویر) دا هاتوە: گۆڕانکاری لە زەوی و ئاسمانەکاندا بە جۆرێکە یان بە گۆڕینی شێوەو صیفەتی ئاسمانەکان وزەوی ئەبێت،یان بە گۆڕینی خودو زاتی زەوی وئاسمانەکان ئەبێت خوای گەورە ئاسمان وزەویەکی تر دا ئەنێت ئێمە حەقیقەتەکەی نازانین خوا خۆی ئەیزانێت، ئـەوەی لەم ئایەتە پیرۆزە وەری ئەگرین ئەوەیە:ئێمە لە ڕۆژی دواییدا لەم سروشتە مادیەزە مینیەی ئێستا ئەچینە دەرەوە بۆ سروشتێکی تر ئێمە ڕاستیەکەی نازانین و، لە بەر ئەوەش ئەمان بینیوە ناتوانین وێناشی بکەین تەنها ئەوەندە ئەبێت کە خوای گەورە بۆمانی وەصف کردوە، بۆ نمونەلە کاتی خۆر گیراندا لە ئیبنو عباسەوە ئەگێڕنەوە(خوا لێیان رازی بێت) هاوەڵەکان پرسیاریان لە پێغەمبەر(صلی الله علیه وسلم) کردو وتیان: (رایناك تناولت شیئا فی مقامك ثم رایناك تكعكعت فقال انی رایت الجنة فتناولت عنقودا ولو اصبته لاكلتم منه ما بقیت الدنیا) بوخاری ومسلم

واتە :وتیان ئەی پێغەمبەری خوا (صلی الله علیه وسلم) بینیمان دستت بردو گێڕاتەوە؟پێغەمبەریش فەرموی: بەهەشتم بینی دەستم برد بۆ بۆڵێك ترێ ئەگەر بم توانیایە لێی بکەمەوە تادونیا مابا لێتان ئە خواردو کۆتایی ناهات.

یەکێکی تر لە هۆکارەکانی جوانی بەهەشت ئەوەیە: لە بەهەشتدا ئیرادەی خراپە نامێنێت قەدە غەکراوەکان هەڵ ئەگیرێن: ﴿وَنَزَعْنَا مَا فِى صُدُورِهِم مِّنْ غِلٍّ إِخْوَٰنًا عَلَىٰ سُرُرٍ مُّتَقَٰبِلِينَ ﴿٤٧﴾﴾ الحجر: ٤٧، تەنها لەوی یەو تایبەبەت مەندی هەیە، وە لەبەر ئەوەی لە بەهەشت دا حەقیقەتی ڕەها حەکەمە یاسا ورێنماییەکان سەبارەت بە چۆنیەتی پەیوەندی نێوان بەهەشتیەکان و تە جاوز نەکردنە سەر یەکترو تێکنەدانی یاساکانی ژیان و بونەوەر نامێنێت، چونکە مرۆڤ لەوێ تەنها ئیرادەی خێری هەیەو ئیرادەی شەرلە دڵی مرۆڤە کان دەر ئەکرێت.

گۆڕینی دیمەنی ڕۆژی دوایی وگۆڕانکاری خەڵك ودانیشتوانەکەی تەنها تایبەت نیە بە بەهەشت وبەهەشتیەکانەوە، بەڵکو بە هەمان شێوە دۆزەخ ودۆزەخیەکان بەدیوە ناخۆش وخراپەکەیدا گۆڕانی بە سەردادێت، کە ئەبێ لە بابەتێکی سەر بەخۆدا باسی لێوە بکرێت.

چەند ئامۆژگارییەك بۆ چاککردنی جۆری ژیانمان!

شەماڵ موفتی

١- پەیوەندیت لەگەڵ ئاسماندا چاك بکە، چونکە تاکە ڕێگایە بۆ دڵنیایی و ئاسایشی ڕاستە قینەی ناخی مرۆڤ (دەرون و مێشك).

٢- بیرکردنەوە لە ئەرکەکانت، وە چۆن بڕیاری جێبەجێکردنیان ئەدەیت، (واتا پلانندانان).

٣- پێنج تا دە خولەك تەرخان بکە بۆ ئاواتەکانت (بیانکە بە لیست) و بیرکەرەوە چۆن هەنگاویان بۆ بنێیت و پلانی درێژخایەنیان بۆ بکێشیت.

٤-هەوڵ بدە ڕۆژانە (کارێك ئەنجام بدە کە پێت خۆشە بیکەیت. (شتێکی زەق و دیار بێت و بەکەڵك بێت چ بۆخۆت و چ بۆ خەڵك).

٥- هەوڵ بدە بە خەندە و ڕوخۆش بیت.

٦-هەمو ڕۆژێك هەوڵی فێربونی شتێکی بەسودی نوێ بدە.

٧- هەربیرۆکەیەکت لا پەسەند بو و حەزت کرد بڵاوی کەیتەوە، بڵاوی مەکەرەوە تا دایەلۆگ ئەکەیت لەگەڵ کەسێك یان کەسانێکی پسپۆر لەو بوارەدا، تا زانیاریت زۆرتر بێت و بتوانی قەناعەت بەخەڵکی بکەیت.

٨- پیاسە بکە و هە ناسەی قووڵ بدە و دورکـەوەرەوە لە ڕۆتین و کۆمپیوتەر و مۆبایل بۆ ماوەی نیو سەعاتێك.

٩ - بیرت نەچێ کە بۆ ماوەی ٢٠خولەك بچیتە ژێر خۆرەتاو، تا ڤیتامین (دی) لە لەشتدا دروست بێت کە زەرورە بۆ هەموو تەمەنەکان. (٤٩ ڕۆژی هەور یەکسانە بە تەنها کاژێرێکی بەر هەتاو لە بەخشینی ڤیتامین دی دا)

١٠- هەر بیرۆکە و خەیاڵێك نارەحەتت دەکا فەرامۆشی بکە، ئەگینا جۆری ژیانی ئەو ڕۆژەت دادەبەزێ.

حەمەی ئەحمەد ڕەسوڵ

کە تۆ کۆیلەی پارە بیت، ئازادنیت!

کۆیلەبوون بۆ پارە، مەبەست لە هەموو ئەو بیرکردنەوەو ڕەفتارە ناشرینانەیە کە وا ئەکات مرۆڤ برای خۆی لەخشتەبەرێت و بیچەوسێنێتەوە، تەنها بۆ بەرژەوەندی تایبەتی خۆی بەکاری بێنێ، پارەپەرست وا هەستدەکات کە ئیدی ئەمرۆ سبەینێی بەدوادا نایەت و ژیان هەر ئەمڕۆیە ومردنیش نایەتە ڕێگای، پارەش هەموو شتێکە وناسودەیی بۆ مەیسەر دەکات و هیچ ئازارێك لە جەستەدا ناهێڵێت! ئیشکردن و بزێو پەیداکردن جوانترین خەسڵەتی مرۆڤن، هەمووومان بە خەباتکردن لە قەڵەمی دەدەین و کێ هەیە ئیشکردن بەکارێکی خراپ بزانێ؟ هیچ کۆمەڵگایەك نییە تاکەکانی خۆی هانبدات کەکار نەکردن بکەنە دروشمی خۆیان.. بەڵام لەمڕۆژگارەدا گرنگترین بابەت و بڕواو مەسەلەیەك کە تامەزرۆو چەشەو برەوی هەبێت باسی پارەو سەیارەو تەلارە، باسی ڤازانجکردنی دەفتەرو بلۆکە دۆلارە، باسی پارچە زەوی و دۆنم وباڵەخانەوکۆشك دروستکردن و کڕین و فرۆشتنییانە، باسی ڤازانجکردنە لە قوماربردنەوەدا، باسی بازرگانی وکەلوپەل هێنانە لە چین و ماچینەوە، باسی کۆکردنەوەی سەفتە دینارو دۆلارە لەو سەوداسەرییانەداکە هیچ کەسێك بەختەوەری سەد دەر سەدی لێوە نەچنیووەتەوەو بەهەشتی بێکۆتای نەدیووە.

گومانی تێدا نیە کە ژیانی زۆرینەمان و زۆرترین کاتمان بۆ پارە تەرخانکردوە،پارە وێردی سەر زمانی ڕێژەیەکی زۆرە لە خەڵکی، بێگومان ئەم دیاردەیەش هەروا لەخۆڕا دروستنەبووە،هۆکارگەلێك لەپشت ئەم بارودۆخەوە وەستاون، پێداویستی ناوماڵ زۆرتربون،چونکە قەناعەتمان بە ژیانی سادە نەماوە، بازرگانەکانیش بازاڕیان بۆ پڕکروین لەکاڵاو شتومەك وئامێری کارەبایی، بۆیە هەڵپەمانەو دەمانەوێ ماڵمان لەماڵی براکانمان جوانتر وجەرگبڕتر بێ، هەروەها لەگەڵ باوانمان ناگوزەرێین،بۆیە نیشتەجێبون بۆتە گرفت وکرێی خانوو لایەکی موچەمان دەبات،کارەباو ئاو وسوتەمەنی قڕیان تێکەوتووەو بەپارەن، سەیارەش بۆتە کێشە وخەرجی وسەرنێشەی زۆری هەیە، هەروەها جگەرە و مەیخواردنەوەشمان بەپارەن، پۆشاك و جلوبەرگ وماکیاج کڕینمان لەوپەڕیدایە، مۆبایلەکانمان جەمیان دێت، هەموومان کرێچی ئاسیاو ساناو کۆڕەکین،ئەوانیش چاویان زەقەی دێ بۆ پارە.. ئێمەش ناتوانین دەستبەرداری هیچکام لەو پێداویستیانە بین، بۆیە گرانی گەیشتۆتە چاڵی چاومان.. ئیدی بۆ دابینکردنی ئەمانەو زۆریتریش لە پێداویستی، چۆن پارە نابێتە قیبلەنوومای هەموو لایەکمان؟!

ئەم حاڵەتەش زەنگێکی خەتەرناکە، هزر وباوەڕو ڕەوشتی مرۆڤ بە ئاقارێکی هەڵدێردا ئەبەن، چونکە هەموو شتێك لە پێناوی پارەدا ئەگۆڕدرێتەوە ولەلایەکی دیکەوە مرۆڤ قەناعەتی نامێنێ و ئەوەکانی دوای خۆی بەو ستایلە مەسرەفگەراییە ڕادێنێ کە ژیانیش تەنها بە پارە مەیسەربکرێت ئیدی وشە و بیروباوەڕ و بگرە مرۆڤیش هیچ هێزێکیان نامێنێت و ڕەونەق لە هیواو ئاواتەکاندا ناهێڵێت، ئامانج

تەنهـا پارە کۆکردنەوە دەبێ و ژیان نەبێتە غـاردان بەدوای پارەدا، مانـای بەختەوەری و ژیانی ڕاسـتەقینەو ئاواتـی مەزن، نەبنە کۆکردنـەوەی سـامان و ڕیزکردنـی ڕیـزە دوکان و دۆنمە زەوی و کۆشـك و سـەیارەو وەچنگکەوتنـی ژنی شـۆخ و نـازدار.. ئیتر خەڵکی نەداریـش پەتای لاسـاییکردنەوەو موڵك بەدەستهێنان دەیانگرێتەوەو دەکەونە هەڵپەکردنی بێوێنە بۆوەی بە وتەی خۆیان بگەنـە لوتکـەی بەختەوەری وخۆشـی(کە بەداخـەوە لـە خەمی بێهـودەو دڵەڕواکێی بەردەوامدا دەژین وکامەران نابن!).

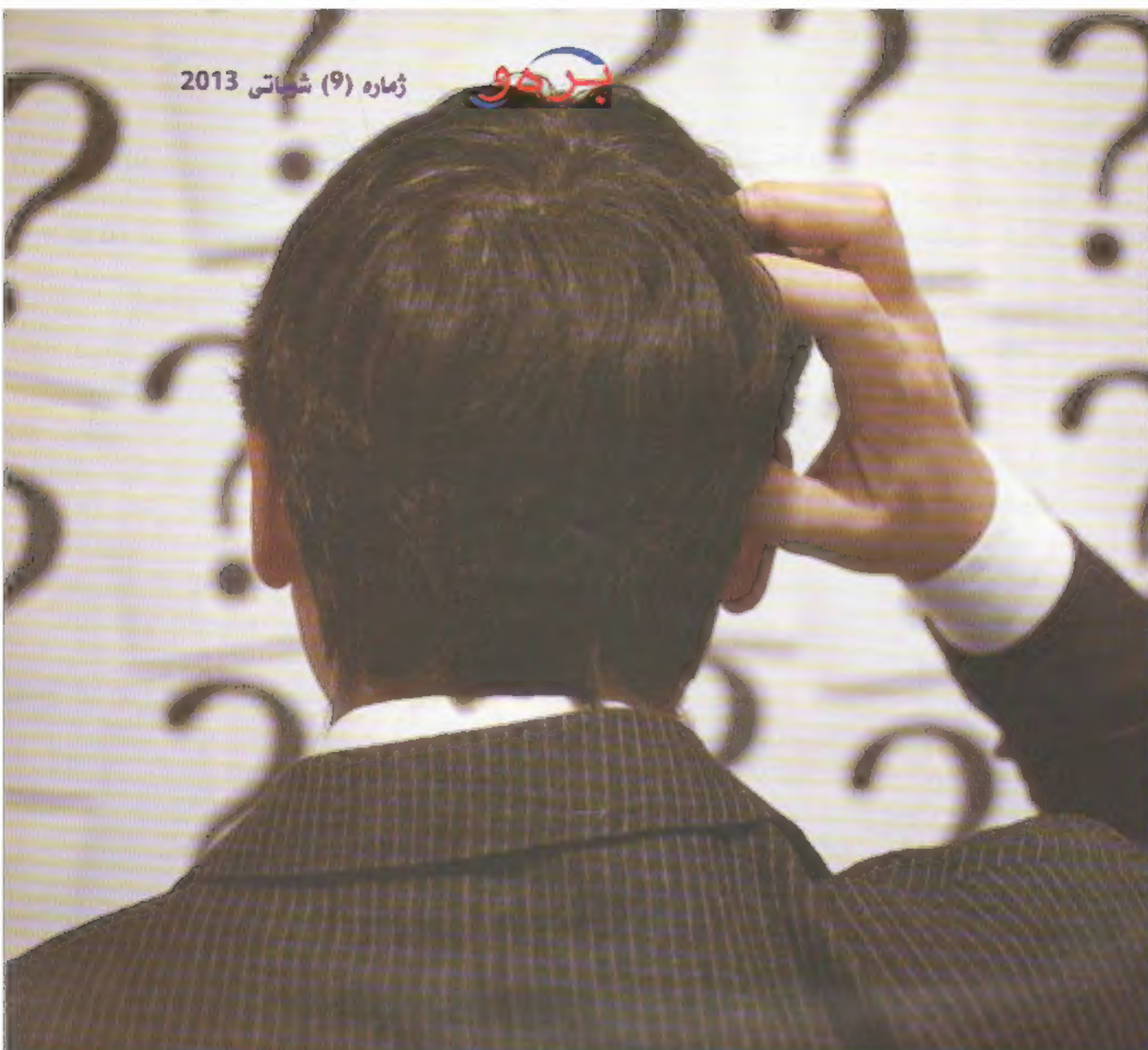
هـۆکاری سـەرەکی لـە دەرکەوتنی ئەم دیاردە خراپەدا، ئازادکردن یان بەرەڵاکردن وگوێنەدانە بەبازاڕو گرانی نرخی شتومەك لەلایـەن بازرگانـە چاوچنۆکەکانمانـەوە.. لەمبارەیـەوە یەکسـانی و دادپەروەریـی کۆمەڵایەتـی غایـب و ونن! بەرپرسـەکان پشـکی شـێریان بەرکەوتوەو ئابووری وڵات بە دەستی ئەوان دەگوزەرێت، موچەو موڵکی ئەوان هەر خوا دەزانێت چەندە! حاڵەتێکی پڕ لەئاژاوە دروسـتبوەێ دوان زۆر هایلایف ئەژیـن، لـە بورجـی عاجیـدان، خاوەنـی هەموو شتێکن و زۆربەی خەڵکیش خاوەنی هیچ نیـن، ئەمە ئەو ترسـەی لای خەڵکی دروستکردوە کە زوو فریا بکەون و شتێك بۆ ئەمڕۆو سبەی پەیدا بکەن و دڵنیابون و بۆ ئەوەی داهاتویان مەیسەر بکەن.. داخی گرانم ئەم بارگرانـی و زەحمەتی ژیانە پلەی ژێر سفری لە قەناعەت هێناوەتە بەرهەم و ئەم بارودۆخەش ماوەیەکی دیکەش ئەخایەنێت و ڕاوێژکاری ئێمەش هیچ سوودێکی ئەوتۆی نابـێ، تەنهـا ئەوەنـدە نەبێت کـە بڵێین قەناعـەت زۆر گرنگـەو لە ئامێرو کۆشـك و تەلارو سـەیارە بەسوودترەو ئاسودەییتان بۆ دەسـتەبەر ئەکات، چونکـە هەتا ئامێر وشـتومەکت زۆرتر بێت لەکاتی شـکانیاندا خەفەتـت زۆرترە، هەتا خەریکی سـەیارەو مۆبایلەکـەت زیاتر بیت،خۆشەویسـتیت بۆ مـرۆڤ و بۆ ژیان کەمتـرو کاڵتر دەبێتەوە کـە تۆ کۆیلەی پارە بیـت، کۆیلەی باوك و هـاوڕێ و ژنەکەشـت دەبیت کـە کۆیلەش بویـت، لەنێو کۆشـکی زێڕیشـدا بژیت، تۆ شـادمان نیـت، چونکە تەنهـا مرۆڤی ئازاد بەختـەوەرە.. مرۆڤی ئازادیـش ڕازی نییە قەناعەت لەدەست بدات وکۆیلەی پارە بێت.

دایکی هاولان

سۆزێك بۆ هاوسەرەکەم

وەرە ببە بە هاوەڵم، بە هاودەمم
وەرە ببە لەدایکبووی خەونێکی ئەرخەوانیم
وەرە ببە بە سەردێڕی پەیڤێکی نەنووسراوم
وەرە ببە هاوژیانم، بە هەتوانی زامەکانم
وەرە ببە بەخەندەو خۆشی بیژاکێنە خەمەکانم
وەرە ببە بە داهاتووم، بیسڕەوە ئەشکی ئاسۆرم
وەرە ببە بە ئاوازێ، بیلاوێنە هەستەکانم
وەرە ببە بە دۆزەرەوەی خەونە ونبوەکانم
وەرە ببە بە ئارەزووم، بە ئومێدم، جوانتری بکە ژیانم
وەرە مەستم کە بەسۆزو میهری خۆت
وەرە ببە بەهێلانەی ئارامیم، تا دڵەی ئەسرەوتم، وچانێك بدات و ئاوێك تێیدا بنوێت، بە ئاسودەیی بەرەو کەناری بەختەوەری ملی ڕێگا بگرێت.

غلۆربووەوە!



د. هەڵگورد فتح الله احمد ..... دکتۆراە لە پزیشکی هەناو ودڵ

کەبەرد لەسەر گردۆڵکەیەك شۆڕدەبێتەوە نیوشیوێك، ژیانی جەنجاڵی کەسە پڕنیشەکانە.

– ڕۆڵە ببن بە پزیشك، ئەندازیار تاوەکو پارەی باشتان دەستکەوێ.

ئامۆژگاری کەسێکە بۆ منداڵەکانی کە ماددی بیر دەکاتەوەو باوەڕی بە بەها روحیەکان نیە.

– ئۆخەی خۆ کوڕە ی ئۆبەرەم بووە ئەندازیاری تەلارساز بەڕاستی پارەی باشی دەست دەکەوێت.

– ئەلو......هەلاو.......ڕۆڵەکەم من باوکتم چەند جار تەلفۆنت بۆ دەکەم بۆ وەڵام نادەیتەوە، بۆ نایەیت سەردانێکی دایکت بکەیت، بەردەوام لە دووری تۆ فرمێسك ئەبارێنێ، کوڕی شیرینم چۆن تۆ منالّت هەیە جەرگی بابەن، تۆش جەرگی من ودایکتی،جەرگمان مەبڕە.

ئەری بەسە، بۆوازم لێناهێنن، من چیتان لێبکەم پێراناگەم، هەر ڕاکە ڕاکەمە، ئێستا بیست جێنزام (موعد) هەیە، چەندین پڕۆژەم لەبەردەستە، چیم داوە لە ئێوە سەرم ناپڕژێتە سەر منالّەکانم هەرگیز بەزیندویی نایانبینم، بەیانی دەردەچم نووستوون، شەوانە دێمەوە نووستوون،چ جای ئێوە،ناتوانم سەرتان لێبدەم.

ئۆخەی کوڕە چکۆلەکەم بووە پزیشك ڕۆڵە باش ببینە چ پسپۆڕیەك پارەی باشی تیایە برۆ ئەوێ، زانستی و ئارەزوومەندی گرنگ نیە چۆن بەخۆم بۆ خۆت وبرات پزیشکی وئەندازیاریم هەڵبژارد.

+پزیشکی چاوم ڕۆژانە چەند نەشتەرگەری ئەنجام دەدەم، بەزۆری لە نەخۆشخانەی تایبەت، بەڕاستی دەستکەوتم باشە ئای لەو کاسبیە باشە.

+ئانا دەبێ پەشەکەم بگۆڕم، بەڕاستی ماندووم بەشی تر هەیە پارەی باشترو ماندووبوونی کەمتر.بۆچی خۆم ماندووکەم کێ منەتی پێیە. ئا ئا دەچمە جوانکاری پێست،بۆخۆم لێزەرێك دادەنێم دەیان کچ وپارەدار دێن جوانکاریان بکەم، ئەمڕۆ خەڵك باری گوزەرانی باشە بەدوایی ڕووکەشەوەن.

+ ئۆرینگەکەم بەرناکەوێ، باشتروایە سەنتەرێکی جوانکاری دابنێم، کڕیارم زۆربووە.

+ سەنتەرەکەم فراوانە بە تەنها پێراناگەم، پزیشکێکی یاریدەدەربێنم .....دووان .....سیان .....شەش وحەوت،هەروا فراوان دەبێ. جابۆ

لە وڵاتێکی تریش سەنتەرێکی جوانکاری ئەکەمەوە زۆربەی ئەخۆشەکان لەوێوە دێن، بۆ ئەم سەنتەرەمان،بچم گیرفانی ئەوانیش دۆشدادرم.

+ ئای کە خۆشە پولم وسەریەك ناوە، هەموو ئامانجی ژیانم ئەمە بوو، ئێستا بەکەیفی خۆم دەژیم، ئۆرەی خۆشگوزەرانی و ڕابواردنە،ئۆتۆمبێلێکی فیراری مۆدێل بەرز، ئەمە بەس نیە، فۆردێکیشی ئەخەمە سەر..... خانوویێك دروستکەم،خانووچی بە کۆمەڵگایەك دروستدەکەم،لەخۆشنودترین شێوە، ڤیلا، باخچە پارك، مەلەوانگە

+ئۆخەی خۆشە ئێستا لێبوومەوە، ئەو هەموو خۆشڕابواردنە.

+ئۆی پشتم دێشێ ئەمە چی یە ؟! پشکنینێ بکەم هەر باشە ..چی چی ن ن.. نا نا.. نابێ ش..شێرپەنجەی سی نا. ن...قۆناغی چوارەم هەموو لەشمی داگرتووە، ئێ خۆ من گەنجم خۆم پزیشکم .نایی چی بکەم ؟نەشتەرگەری ناکرێم، بەدەرزی کیمیایی لاشەم دارزا، لەسەر سەرینی مەرگ ڕاکشاوم ملیۆنان دۆلارلە تەنیشتمە بۆمن بە فلسێك، گشت گیانم ئازارە، تەنیشتم وەك نەشتەر لەم پێخەفە نەرمە ڕادەچێ، نەبەرەبەیان ئەستێرەی چاکبوونم بۆهەڵدێنێ، ئەتاریکی شەو گیانم دەتاسێنێ.

کێ بێ ئەم گیانەم بەرێ لەم جیهانە هەر شەکەتی بوو بەشم، وەم حەسێنێ، بێگومان هەردەبیات بەمزوانە،دوایی لاڵانەوەو دەردو ژان، ئەپزیشك وئەپزیشکی ئەداودەرمان، ئەپارەوپول دەهانایی ژانم نایەن......تۆبڵێی...... نا... هیچ.... .....مرررر...د...مرد.

- چەمکێکی سەیرە ڕاچەڵەکێنە، کوڕی چکۆڵەم بوو، هێشتا گەنج، پزیشکێکی پسپۆڕ، بەناوبانگ، پارەدار، کۆتایی ژیانی هات، شوێن پێی جێنەما نەبووە مایەی خۆشنوودی دایەو بابە دڵی داغکردین. کەس هەریادیشی ناکات، پارەکانی ئەمیان لەبیرچوو، ئەویش تەنها برادەری پارەبوو، دۆست وکەسی تری نەبوو.

کوڕی گەورەشم، گۆپاڵی دستی پیریم، گۆپاڵێکی شکاوم دروستکرد، بەریدامەوە، فرێیدامە سەرزەوی، هیچیانم بۆ نەبوو. لەداروبەردم پچکوڕیەوە تا ئەم دووانەم پێگەیاند، کەچی شەرپەنجەی پارەو سی کوشتی،دووەم پارە زیندە بەچاڵی کردووە، وەکو بەردێك غلۆربێتەوە لەسەر تەپۆلکەیەك ڕۆژ کورت ودرێژ، شەویشی دەخاتە سەر، ڕاکە ڕاکە سوودی کەسیان نەبوو لەم جیهانە، تەنانەت خۆشیان چ جایی منێك ئاوە بە ماددیەت پەروەردەم کردن، شوێن پێی خۆم وخۆیان لەسەر سەهۆڵ هەڵکەند تواپەوە، بەلمی بیابان نووسیان، بەر با کەوت وسڕایەوە، لە سەر بەند هەڵیانئەکەند، مێژوو ناویان تۆماربکات، مرۆڤایەتی بۆمان بگری، بەنەمری یادمان بکەن، خۆم وکوڕی گەورەشم بەچەشنی پزیشکی لاوی جوانە مەرگ، بەزیندوێتی مردووین، بێ کەڵك، گەنیوین، سەیرکە زیندوین لەڕیزی مردووان.

www.brawkurd.com ماڵپەڕی بڕەو

بەمەبەستی بڕەودان بەبوارەکانی پەروەردەو پێگەیاندن. تواناسازی. پلاندانان. بەڕێوەبردن. پەرەپێدانی مرۆیی.... لە پێناو کردنەوەی دەروازەی نوێ لەبەردەم مرۆڤەکاندا بۆ دۆزینەوەو خستنەگەڕی توانا شاراوەکانی. بۆ بەدیهێنانی ژیانێکی ئاسودەتر.... ماڵپەڕی (بڕەو) وەك پێشەنگ لەم بوارەدا تواناکانی خۆی خستۆتەگەڕ..

yaseenzangana@yahoo.com
٠٧٧٠١٤٨٨٩٦٢ - ٠٧٥٠٤٣٣٨٥٨٧

شوێنکەوتنی براوەکان

لە سەرۆك وەزیرانی پێشووی مالیزیا (مەهاتیر محمد) یان پرسی چۆن ئەو بووژانەوەو بەرەوپێشچوونەت بۆ وڵاتەکەت داهێنا، لە ماوەیەکی پێوانەییداو چ ڕێگایەکت بەکارهێنا بۆ ئەم مەبەستە؟ ئەویش لە وەڵامدا وتی (تەنیا چاوتێبڕین و تۆمارکردن بوو، من تێنووسێکی بچووکم بەردەوام لەلابوو کاتێك بۆ هەر وڵاتێك دەچووم چ شتێك جێگای سەرنج و گرنگی پێدان بووایە لەلای خۆم بەتێبینی دەمنووسی، بۆنموونە کاتێك سەردانی سەنغافورە دەکەم و دەڵێن گەورەترین دووەم فرۆکەخانەی لەجیهاندا تێدایە ئەوا لەلای خۆم دەینووسم کە چۆن بنیاتیاننناوە .. هەروەها کاتێك دەچووم بۆ یابان و وتیان گەورەترین دووەم کۆمپانیای دروستکردنی ئوتۆمبێلی هەیە تۆمارم دەکرد، ئەنجا گومانیشم لەوەدا نیە کە وڵاتەکەی من دەتوانێت گەورەترین فرۆکەخانەو چاکترین ڕێگاوبان و بەرزترین باڵەخانە (ناگحە سحاب) ی تێدابێت، هەرچەندە تائێستا نەگەیشتووین بە پلەیەك لە هەموو بوارێکدا بەڵام زۆریش لێی نزیك بووینەتەوە).

لەڕاستیدا ژیان کۆمەڵێك یاساوڕێسای جێگیری تێدایە کە بۆ هیچ کەسێك ناگۆڕێت، بۆیە ئەوانەی ئامەزرۆن بۆ گەیشتن بە پایەی بەرزو لەو بوارەی کە ئارەزوویان تێداهەیە دەربکەون لەڕیزی پێشڕەو ونموونەجوانەکان ئەژمار بکرێن پێویستە لەسەریان یاساکانی سەرکەوتن وبردنەوە بەکاربهێنن وپێیەوە پابەندبن . بەم جۆرە شوێن پێهەڵگرتنی براوەکان و هەنگاونان لەسەر شارێی سەرکەوتووان هەمان ئەم دەرئەنجامانە دەدات بەدەستەوە. بۆیە پێویستە لەخۆمان بپرسین چۆن ئەمانە بوون بە ئەستێرە لە بوارە جیاجیاکاندا، ئەی چۆن فلانە کەس ئەم هەموو سەرکەوتنە یەك لەدوای یەکەی تۆمارکرد، لەبەرچی مێژوو ناوی ئەوانەی بەزیندوویی هێشتوەتەوە، ئەی بۆچی فلانەکەس بوو بە خۆشەویست و پێشەنگی خەڵك، لەکاتێکدا فلان وفیسار ناویان ناهێنرێت وباسیان ناکرێت و لەلایەن خەڵکەوە پەسند نین ؟!

جا هەر بەهۆی گرتنەبەری ئەم شێوازەو شوێنکەوتنی هەنگاوەکانی مرۆڤە سەرکەوتووەکان بوو کە چەندەها بلیمەت و هەڵکەوتووی تر هاتوونەتە سەر شانۆی ژیان و بەردەوامیش ئەم تەرزە مرۆڤە بەتواناو لێهاتووانە دروست دەبنەوەو دەچنەوە نێو کاروانی هاوشێوەکانی خۆیان

لەنێو خەڵکدا کەسانێك هەن کە هەرگیز ناتوانن فێری شتەکان ببن و پەندو وانە لەوانەی پێش خۆیان وەربگرن تاخۆیان هەڵەکان دووبارە دەکەنەوەو تاڵیەکان دەچێژن، بەڵام لەهەمان کاتدا کەسانی تێگەیشتوو و هۆشیار هەردەم لە دەوروبەری خۆیان ورد دەبنەوەو وانەی پڕسوود وبەکەڵك لە ئەزموونی خەڵکانی تر وەردەگرن و ڕێگاکان کورت دەکەنەوەو تەنیا هەنگاوە ڕاست و دروستەکان دووبارە دەکەنەوە

ترسی کۆمەڵایەتی

ئاسۆس انور سلێمان
مامۆستای زانکۆ

دەستپێک

ترسی کۆمەڵایەتی سێ یەکێکە لە بەنگرە دەروونییە بەربڵاوەکان دادەنرێت لە جیهاندا . بەتایبەت لە وڵاتانی رۆژهەڵاتی ناوەراست، کە پەیوەندییەکی بتەوی بە کەلتوور و ئاستی هوشیاری کۆمەڵگەوە هەیە، بەچەندین شێوە ناوی دێت لەوانە شەرمی کۆمەڵایەتی ، دڵەڕاوکێ ترسی کۆمەڵایەتی هتد

بوونی ئەم دیاردەیە قالبێکی ڕێژەیی وەرگرتووە لە کەسێک بۆ کەسێکی تر و لە کۆمەڵێک تا کۆمەڵێکی دیکە بە جیاواز دەردەکەوێت. بێگومان جیاوازی ڕێژەیی بوونی ئەم دیاردەیە لە مرۆڤدا هۆکاری تایبەتی خۆی هەیە. کە بەشێکی کەمی دەگەڕێتەوە بۆ هۆکاری بۆ ماوەیی، کەواتە ژینگەو دەوروبەر ڕۆڵی سەرەکی دروستبوونی ئەم دیاردەیەن و هاوکات دەشێ بێ بە چارەسەری شیاو بۆ نەهێشتنی لەلای تاک (١)

بوونی ترسێکی کەم بەئاسایی وەردەگیرێت، چونکە یارمەتی مرۆڤ دەدات ئامادەباشی هەبێت لە کاتی ڕووبەڕووبوونەوەی خەڵک، بەڵام کێشە لەوەدایە کە ئەگەر ئەم جۆرە ترسە زیاد بکات و ببێتە مایەی پەکخستنی، چونکە مرۆڤ ڕاستە کائینێکی خاوەن زیرییە، بەڵام ئەم زیرییەی بەبێ هەوڵدان نرخێکی ئەوتۆی نابێت و ناتوانێت ببێتە مایەی دروستکردنی کەسایەتییەکی وا کە بڵێ من هەم وە من دەتوانم بکەم بە منی باڵاو نموونەیی، بۆیە پێویستە بڕیار بدەین و دەستەوەستان نەوەستین. مێژوو بۆمانی دەگێڕێتەوە کە پیاوێکی دانا لە وڵاتی یۆنان لەکاتی ڕووبەڕووبوونەوەی خەڵکدا زمانی تەتەڵەی دەکرد، واتە نەیدەتوانی بە ڕەوانی قسەکانی بکات، بۆیە بڕیاریدا بچێت بۆ کەناری دەریا و بەتەنها بە دەنگێکی بەرز ڕاهێنان بکات بۆ ماوەیەکی زۆر، بەمشێوەیە بوو بە یەکێک لە ناودارترین وتاربێژەکانی یۆنان لەم سەردەمەدا.

ئەم ترسە کەی دەستپێدەکات؟

ترسان لە خەڵکانی غەریب هەر لە تەمەنی شەش مانگییەوە لەلای منداڵ دەستپێدەکات، کە ئەمە دیاردەیەکی بۆماوەییو غەریزی مرۆڤە و هەر لەم تەمەنەوە هەستی پێدەکاتو لەگەڵیدا گەشەدەکات، وە فێری ئەوە دەبێت چۆن مامەڵە لەگەڵ دەوروبەر بکات و خوێندنەوەی بۆیان هەبێت، بۆیە دەبینین هەر لەمنداڵییەوە دڵی بەکەسانێک خۆشەو دەچێتە لایان، لەکاتێکدا خۆی لە هەندێکی دیکە بەدوور دەگرێت و پێیان بێزاردەبێت، بێگومان گەشەسەندنی ئەم جۆرە ترسەش لەلای مرۆڤ بەندە بە تاقیکردنەوە نەرێنییەکانی ژیانی، لە مامەڵەکردنیدا لەگەڵ دەوروبەر و خودی ڕادەی هەستیاری خۆی ، کە هۆکارێکی گەورەی دروستبوونو زیادبوونی ئەم جۆرە ترسەن لەلای مرۆڤ و وا دەکات تێڕوانینی بەرامبەر دەوروبەر بگۆڕێت و نەرێنی بیر بکاتەوە (٢)

نیشانەکانی چیین؟

دەکرێ بەمشێوەیە سادەبکرێتەوە:

نیشانەی دڵەڕاوکێی جەستەیی و دەروونی + ترسان لە هەڵسەنگاندنی نەرێنی دەوروبەر سەبارەت بە خۆی و ڕەفتارەکانی + دوورەپەرێزی = ترسی کۆمەڵایەتی.

نیشانەکانی دڵەڕاوکێی جەستەیی و دەروونی بریتین لە: زیادبوونی لێدانی دڵ (دڵەکوتە)، خێرا هەناسەدان و بەتایبەت هەناسەدانی ڕووکەشی، عارەقکردن، لەرزینی دەست و قاچ و تەنانەت هەندێکجار تەواوی جەستە، سوورهەڵگەڕان، قورگ و دەم وشکبوون، کزی تەرکیز و وردبینی، لەبیرچوونەوە .هتد.

هەموو ئەو ترسەش دەرئەنجامی تێڕوانینی خۆی سەبارەت بە هەڵسەنگاندنێکی نەرێنی دەوروبەر بۆ تواناکان و ڕەفتارو ڕوخسارو ئەو دڵەڕاوکێیەی کە پێوەی دیارە دروستبوون، بۆیە ئەو کەسە وایلێدێت هەوڵی خۆدەربازکردن دەدات بەتایبەت لە ئامادەبوون لە کۆبوونەوە و میوانداری و بینینی خەڵکی بێگانە بەهەر بیانوێک

بێت ، تەنانەت ئەگەر بڕیاریش بدات بۆ ئامادەبوون ئەوە بێگومان ڕازیکردنیان کارێکی ئاسان نابێت، هاوکات لە هەلێك دەگەڕێت بۆ خۆدزینەوە و خۆدەربازکردن زۆر بەخێرایی

نموونەی شوێن و هەڵوێستە کۆمەڵایەتییەکان

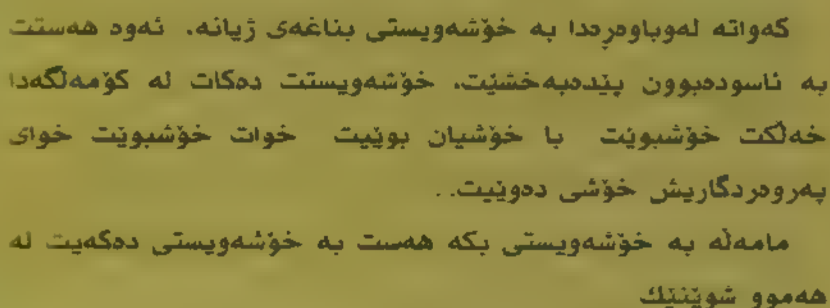
- ئەنجامدانی کارێك یان قسەکردن بەرامبەر خەڵکی زۆر.
- قسەکردن بەرامبەر خەڵکانی ئامادەبووی دانیشتن یان کۆڕێك.
- چوون بۆ ئاهەنگ.
- سازدانی ئاهەنگ و میوانداریکردنی خەڵك
- قسەکردن لەگەڵ بەڕێوەبەر.
- گەڕاندنەوەی کاڵای کڕاو بۆ خاوەنەکەی.
- خواردن و خواردنەوە لە شوێنی گشتی
- قسەکردن لەگەڵ ڕەگەزی بەرامبەر.
- قسەکردن بە تەلەفۆن لە کاتی ئامادەبوونی خەڵکی دیکە(٣).

ئەنجام

لەژێر ڕۆشنایی چۆنیەتی دروستبوونو نیشانەکانو شوێنو هەڵوێستە کۆمەڵایەتییەکانی دروستبوونی ترس، دەگەینە ئەم ئەنجامەی کە بڵێین: ئەم ترسە لەلای هەموو کەسێك نییەو ڤالبێکی ڕێژەیی وەرگرتووە، وە ژینگەو دەوروبەر ڕاگەیاندنو خێزان... هتد هۆکارن بۆ دەرکەوتنی ئەم ترسە، هاوت چارەسەرکردنی ئەستەم نییە، چونکە لەبنەڕەتدا ئەم ترسە لۆژیکی نییەو پێویست ناکات، بەڵگەشمان ئەوەیە کەسانێك هەن لەکۆمەڵگەدا زاڵن بەسەر نەترسان لەم بارو زروفانەو لێهاتووانە ڕووبەڕوویان دەبنەوە. بۆیە ئێمەش بە سوودوەرگرتن لەوان، وە ڕێنمایی کردنمان لەلایەن کەسانی پسپۆڕەوە، دەتوانین ئەم جۆرە ترسە لەخۆمان بەدوور بگرین، وە ببین بە کەسێکی سەرکەوتوو و نەهێلین ترسێکی لەوجۆرە تواناو لێهاتوویمان بە هەدەربدات.

سەرچاوەکان:

١- رهاب اجتماعي، ويكيبيديا، الموسوعة الحرة
٢- د. حسان المالح،الخوف الاجتماعي (الخجل)، دراسة علمية للاضطراب النفسي مظاهره أسبابه وطرق العلاج ، دار الإشراقات، ط٢، دمشق ١٩٩٥
٣- تشخيص الرهاب الاجتماعي -- موقع حياتنا النفسية ٢٠٠٣



بەردەوامی گرەنتی مانەوەیە، بۆ بەردەوامی ژیان پێویستە مرۆڤە لە هەوڵ و کۆشش و بزاڤدا بێت، بۆ ئەوەی ژیان مسۆگەر بکەیت دەبێت بە ناسودەیی ژیان لەگەڵ خەڵکیدا ببەیتە سەرئەوانیش لێت دڵنیا بن، زۆر گرنگە هێندە خۆشەویستی ببەخشیتەوە دەوروبەرت خۆشیان بوێیت، هەوڵبدە دەوروبەری خۆت خۆشبوێت بۆیان بسەلمێنە خۆشت دەوێن، ئایا خۆشەویستی لە ناو خێزانەکەتدا؟ دایك و باوکت خۆشدەوێت؟ لە هەمووی گرنگتر خوای گەورەت خۆشدەوێت؟ دیارە لە دایك و باوکت بیستووە کە خۆشەویستی ئەوانیت، بەمەش مرۆڤ هەست بەئاسودەیی و دڵنیایی دەکات.

کەواتە لەوباوەڕەدا بە خۆشەویستی بناغەی ژیانە. ئەوە هەستت بە ئاسودەبوون پێدەبەخشێت، خۆشەویستت دەکات لە کۆمەڵگەدا خەڵکت خۆشبوێت با خۆشیان بوێیت خوات خۆشبوێت خوای پەروەردگاریش خۆشی دەوێیت..

مامەڵە بە خۆشەویستی بکە هەست بە خۆشەویستی دەکەیت لە هەموو شوێنێك

مسعود محمد هانەژاڵەیی

ئایا تۆ بە هیوای هاوسەرگیریت یان نا؟

١- ئایا کاتێ باوك و دایكێك دەبینی بەیەكەوە لەگەڵ منداڵەكەیاندا خەم بار دەبیت؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

٢- ئایا کاتێك دوو دەزگیرانداری گەنج دەبینی كەلە حاڵەتی كەیف و خۆشیدان، توشی نیگەرانی دەبیت؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

٣- ئایا تا ئێستا پێشهاتووە كە چێژ وەربگری لەو كاتانەی كە تەنیای؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

٤- كاتێ كەلەناو هاورێكانتدایت كەهاوسەردارن، بەخۆت دەڵێیت: ئەی خۆزگە منیش هاوسەرێكم دەبوو؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

٥- ئایا تا ئێستا بیرت لەوە كردووەتەوە كە ئیتر بەسە؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

٦- ئایا تا هەنوكە پێشهاتووە كە شادیەكانت بگوازیتەوە بۆ ڕەگەزی بەرامبەر؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

٧- ئایا تۆ گوێ بۆ مۆسیقای ئارام و هێمن دەگری؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

٨- تۆ لای گوڵ فرۆشێكدایت، ئایا هیچ كات هەستت پێی وتوی كە گوڵ بكری بۆكەسێ؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

٩- ئایا ڕەنگی ژیانت گۆڕاوە؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

١٠- ئایا ئەوە ڕوویداوە كەخەندە و خۆشی تاكەكان هیوای دابێتەوە بە دڵ و دەروونت، ڕوانینەكانتی لە بۆ ژیان گۆڕی بێت؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

١١- كاتێ كە باوك و دایكت دەڵێن، ئیتر كاتی ژنهێنانت گەیشتووە، خەم ناخۆیت بەم قسەیە؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

١٢- ئایا بەتازەیی لەخەیاڵتدا ئاهەنگی هاوسەرگیریت گێڕاوە؟

أ: بەڵێ ب: نەخێر ج: هەندێ جار

ئەنجام: ئەگەر لە كۆی(١٢) پرسیار(٨) وەڵامت بەڵێ بێت، بەواتای ئەوەیە كەنیازی هاوسەرگیری لەبونتدا هەیە، وە ئەگەر(٨) وەڵامت نەخێربێت، بەواتای ئەوەیە كەنیازی هاوسەرگیری لەبونتدا نیە. وەئەگەر (٥)وەڵامت هەندێ جاربێت، بەو واتایەیە كەهەنوكە سەرقاڵیت و نازانی كە دەبێ هاوسەرگیری بكەیت یان نا.

رازی باوەڕ!

ڕەمەزان عبداللە

یەکێکی تر لە ڕازەکانمان باوەڕەباوەڕ [illegible]

نیە،خێریش بێ سوود نیە!

کەواتە ئەوەی ئەمڕۆ ناومان لێناوە خراپ یان شکست بە بانی باش و سەرکەوتنە!

شکستەکانمان وەکو ناشتنی تەماتێکە، [illegible] پێویستی پەکاتە..!

باوەڕ بە پەخودا دەرگای گشت [illegible] دێنێتەوە ڕێمان!

[illegible] (البقرة ٢١٦)

لەوانەیە شتێکتان لا ناخۆش بێت [illegible] شتێکتان بێ خۆش بێت کەچی شەڕ لەوەدا بێت، بێگومان هەر خوا خۆی دەزانێت (خێر لە چیدایە)، ئێوە نایزانن.

[illegible] ئەمدا پەترختره ئەوەی خۆمان نەمانەوێ!

[illegible] تەنها دوو کەس مانەوە کە بەسەختی خۆیان گەیاندە دوورگەیەک، یەکێکیان کەسێکی باوەڕ دار و ئەوەی تر بێ باوەڕ بوو.

[illegible] هاتنە لای کەپرەکەیانە لە پڕ بینیان کەپرەکە ئاگری تێبەر بووە!

پیاوی بێ باوەڕ وتی: نەفرەت لەم شەنسە بێت کە هەمووی ئەنجامی تراکانی تووە!

پیاوی باوەڕدار وتی: «بێگومان [illegible] سبەی بەیانی کەشتیەک هات بۆ دوورگەکە و ڕزگاری کردن

[illegible] و بەخشندەی خودای دلۆڤان بوە!

بیرت نەچێت ئەوەی ڕوو ئەدا بێ حیکمەت نیە "لە شکست مەترسە چونکە سەرکەوتنە، لە خەم مەترسە چونکە دڵخۆشیە"

یاسای پاریتۆ 80 بە 20

ابراهیم برهان

هــەر یەکێك لە ئێمە کۆمەڵێك ئامانجی هەیە لەژیاندا، بەڵام دەبێ بیر لەو ئامرازانە بکەینەوە کە یارمەتیدەرمانن بۆ گەیشتن بەو ئامانجانە، دەبینین کەســانێك زۆربەی کاتەکانــی ژیانیان بە هــەدەر دەدەن، بۆیە لێــرەدا دەتوانین بڵێین: ســێ جۆر مرۆڤ هەن لە بەرێوەبردنی کاتەکانیان:

١- کاتەکانی بەهەدەر دەدات

٢- سوود لەکاتەکانی وەردەگرێ

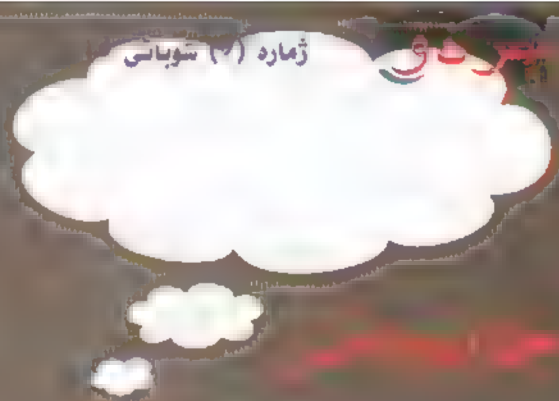
٣- کاتەکانی وەبەرهەم دێنێ

بۆیــە ئێمــە لــەم نوســینەماندا باس لەیاســایەکی زۆر گرنــگ دەکەیــن ئەویش یاســای (پاریتــۆ ٢٠/٨٠) ە، لــە دەســتپێکی بەکارهێنانی ئەم یاســایەدا، دەبێت ئەوەمان لەیــاد نەچێت کە ئێمــە دەمانەوێ بەکردو کۆششی ٢٠٪ سەدا ٨٠٪ ئامانجەکانمان بەدی بهێنین، ئەم یاســایە فێرمان دەکات بەکردو کۆشــشێکی کــەم ئەنجام و دەســتکەوتێکی زۆر بەدەســت بێنیــن، بــەو مەرجــەی کە پلانو ڕێکخســتنێکی گونجاومان هەبێت لە جێبەجێکردنی کارەکانماندا.

یاســای پاریتۆ(٢٠/٨٠): فەیلەســوفی ئیتاڵی، (ئەلفریــدۆ پاریتــۆ)ە، کــە بــە یەکێــك لــە ئابووریناســەکانی ســەدەی نۆزدەهــەم ئەژمار دەکرێــت، هەڵسا بەدانانی یاســایەك لەســاڵی (١٨٩٧ز)، کەپێــی دەڵێن یاســای پاریتــۆ ٢٠/٨٠، یاســایەکی زۆر فراوانە بەشــێوەیەك دەتوانین لەهەموو بوارەکانی ژیانماندا سوودی لێ ببینین، ئەم یاســایە فێرمان دەکات بەکردو کۆشــشێکی کەم ئەنجامو دەستکەوتێکی زۆر بەدەست بێنین.

گرنگی ئەم یاسایە: ئەم یاسایە پێمان دەڵێت ئەگەر لە ٢٠٪ کۆششــت بەکاربهێنی ئەنجام و دەســت کەوتــت ٨٠٪ دەبێت ئەی ئەگەر زیاترت بەکارهێنا چی دەبێت؟!!!

بۆنموونــە: قوتابــی لە هەر ئاســتێکی خوێنــدندا بێت، ئەگەر ڕۆژانە ئەو ئەرکانەی مامۆستا پێی دەســپێرێت جێبەجێی بکات،



زۆر کەس توانای ئیدارەی هەستەکانی نییە وەك، تورەبون، خۆشی، خۆشەویستی، گومان،...هتد. یان توانای هەیە بەڵام نازانێت چۆن ڕێکیان بخات، تا ئیدارەی هەستەکانی بکات

سایکاتریکەکان پێیان وایە -بۆ ئیدارەی سۆز و هەمو جۆرە هەستێکمان - ئەم هە نگاوانە بگرینە بەر پێش ئەوەی دوچاری جوونی کلینەکانیان بین:

١) هەستەکەت پۆلین بکە، دیاری بکە، ئایا گومانە یان ترسە، ئیعجابە یان بوغزە.....هتد

٢) هەوڵ بدە پەیام و ناوەرۆکی ئەو هەستە تێبگەیت، بۆچی گومان بکەم لە (س)؟ بۆچی بترسم لە (ص) ؟ بۆچی (ع) ببوغزێنم؟

٣) با مێشکت نەکەوێتە ژێر ئەو فشارەوە، تا بڕیاری هەڵە نەدەیت خۆت بە کارێکی تر سەرقاڵ بکە تا هاوسەنگیت بۆ ئەگەڕێتەوە و دەزانی چۆن هەنگاو بنێیت.

٤) ئەگەر هەر نەتتوانی چارەسەرێکی خۆت بکەیت، هەوڵی پشوویەك بدە بۆ بیرکردنەوەیەکی قوڵتر و دەکرێ داوای یارمەتی لە کەسانێکی متمانە پێکراو بکەیت، ئەگەر هەر چارەسەرت نەدۆزییەوە ئەوسا سەردانی سایکاتری بکە(پزیشکی دەروونی).

تەنانەت ئەگەر بەکۆششێکی کەمیش بێت. بەشێوەیەك ڕۆژانە لەگەڵ وانەکانی بڕوات و لەگەڵ مامۆستا دواناکەوێت، کاتێك لەشەوی تاقیکردنەوە نزیك دەبێتەوە، تەنها پێویستی بەخۆماندووکردنێکی کەم دەبێت بۆ دووکردنـەوەی وانەکانی، بەڕێژەی لە ٢٠٪، بەرامبەر بەم خۆماندوکردنە دەستکەوت و ئەنجامەکەی دەبینێت کە زیاترە لە ٨٠٪، چونکە پێشتر ڕۆژی تاقیکردنەوەکەی لەبەرچاوگرتووە، پلان وبەرنامەی هەبووەو دەزانێ ئـەم ڕۆژە هەردێـت، ڕۆژان ڕۆژی لەدوایە، ئەمڕۆ خۆشیەو سبەینێ هەرایە.

سروشتی مرۆڤی ئامانجدار وایە، کاتێك ڕووبەڕووی تاقیکردنەوەکانی ژیـان دەبێتەوە لەوپەڕی ئامادەباشی دایە، وە بەپێچەوانـەوە قوتابی ناچالاك یـان ئەو قوتابیانـەی ڕۆژانە هیـچ ئەرکێکی قوتابیایەتیان بەجێنەهێناوە تاوەکو دەگاتە شەوی تاقیکردنەوە، زیاتر لە ٨٠٪ تواناکانی بەکاردەهێنی بەڵام ئەنجامو دەستکەوتەکانی کەمتر لـە ٢٠٪ دەبێت، چونکە ئامرازەکانی سـەرکەوتنی بەکارنەهێناوەو هیچ پلانێکی ڕۆژانەی نەبووە بۆ سەرکەوتنی، بۆیە بابەتی تاقیکردنەوکانی چەنـدە ڕەنجی بەدیارەوە بکێشی ناتوانی لەشەوێکدا هەمووی لەبەربکا چونکە ئەولەویاتی لەژیاندا نەبووە.

یـان ئەگەرنموونەیەکی تـر بهێنینەوە، فەرمانبەر لەدامو دەزگاکانی حکومی جاری وا هەیـە لـە٢٠٪ ی فەرمانبـەران ٨٠٪ی کارەکان ڕادەپەڕێنـن وە بەپێچەوانـەوەش لە ٨٠٪ی فەرمانبەرە ناچالاك و سستەکان ٢٠٪ی کارەکان ڕادەپەڕێنن.

پرسـیار، ئەگەر دوو هـاوڕێ بەیەکەوە لەزانکۆیـەك دەربچـن لەهەمـان سـاڵی خوێندنـدا، هەمان کاری هاوشـێوەی یەکیان کرد، هەریەکـەو کۆمپانیایەکیان دامەزراند، ژمـارەی کرێکارەکانیشـیان وەك یـەك بوو، بەڵام دوای پێنج سـاڵ ئەنجامو دەستکەوتیان وەك یـەك نەبوو ئـەوەی یەکەمیان قازانجی سەدهەزار دۆلار زیاتربوو لەداهاتی هاوڕێکەی تـری. وەڵامـی ئـەم پرسـیارە ئەم یاسایە زنجیرەیـە، یاسـای ٢٠/٨٠ کـە دەڵێ هەموو ٨٠٪ ئەوقازانجەی دێتە کۆمپانیا دەگەڕێتەوە بـۆ٢٠٪ ی کرێـکارەکان، وە لـە کۆمپانیاکەی تـری هاوشـێوەی کـە داهاتیـان کەمتربوو، ٢٠٪ی ئەو قازانجەی دەگەڕێتەوە بۆ کۆمپانیا ئەنجامو دەستکەوتی ٨٠٪ کرێکارەکانەوە بۆیە بەپارەیەکی زۆر کەم دەگەڕێنەوە ماڵەوە.

بەگوتەیەکـی تـر دەتوانیـن بڵێیـن: لە ٨٠٪ەکان بە٢٠٪ قازانج دەگەڕێنەوە ماڵەوە، بەڵام ٢٠٪ەکان بەقازانجـی ٨٠٪ دەگەڕێنـەوە ماڵـەوە ئەگەر پلان و ڕێکخستنیان نەبوو لەکارەکانیان.

لەکۆتاییـدا دەڵێیـن: بەهاوقـەدرو سـەرکەوتنی هـەر وڵاتێك بـەزۆری گەلو هۆزو سـوپاو هێزەکەی نیـە، واتە پێوەری سـەرکەوتنی هـەر وڵاتێك پەیوەسـت نیە بـەزۆری ژمارەی هـۆزو گەلەکـەی بەقەد ئەوەی ئەم وڵاتـە چەندەپێکهاتەو ئامرازی سـەرکەوتنی هەیـە لەپلانو ڕێکخسـتنی نیشـوکارەکانی، ئەگـەر نمونەیەکی زیندو بهێنینـەوە موسـڵمانەکان کـە ڕووبەڕووی بێبـاوەڕەکان بوونـەوە بەژمـارەو هێـز ڕووبەڕویـان نەبونـەوە بەڵکـو بەئیمـانو بیروباوەڕی پتەویان ڕووبەڕوویان بوونەوە، (کم من فئە قلیلە غلبت فئە کپیرە کپیرە بـأزن اللە واللە مع الصابریـن) البقرە:٢٤٩ لێرەدا فێری ئەوە دەبیـن پەندوئامۆژگاری بەزۆرینـە نیـە بەڵکـو بەچۆنایەتیە ئەم پەنـدە چەنـدە جوانـە کەدەڵـێ: (کـەم وپوخـت، نـەك زۆرو بـۆر)، ئەم یاسـایە جەخـت دەکات لەسـەر ئـەوەی کـە ئێمە لەهەموو کاروبارەکانی ژیانمان کار لەسـەر ئەو ئیشانە بکەین کە بەرهەممان زیادەکات، واتـە ئەگەر ٢٠٪ی کاتەکانی خۆمان بگرین، ئەنجـامو دەسـتکەوتی زیاتـر لـە٨٠٪ ی بەدەسـت دەهێنین.بۆیە یـا وەك پڵنگ بین بە یەکـەم تێڕوانینی بۆنێچیرەکەی دەزانێ کەئایا ئەم نێچیرەی بەردەمی شـیاوی ئەم ماندوبەنەیە کەلەپێناویـدا ڕەنجی بۆدەدا، ئەگەر وەڵامەکـە نەخێر بوو، ئەبێ بیر لە ڕاوکردنـی نێچیرەکە بکاتـەوە بەکەمترین ووزەو کەمترین کۆشش

ئاخاوتنێک دەربارەی جوانی لە ئیسلامدا

نووسینی: دکتور عمادالدین خلیل
وەرگێڕانی: (احسان برهان الدین)

ئەڵقەی دووەم

هاوشێوە ئین جارێکی تــر... ئیسلام واقیعی بە کاتێك - تەنانەت ئەوەش کە پێی رازی نابێت-، ناوی ڕازاوەیی یان جوانی لێ دەنێ... بەڵام جیاوازی دەکات لە نێوان ئەو جوانی یەی کە بەرەو هەق دەتبات و، ئەو جوانی یەی بەرەو ناهەق دەتبات، لە نێوان ئەو جوانی یەی کە هەندێ پێویستی سەرەکی مرۆڤ تێر دەکات و، ئەو جوانی یەی کە شتگەلێك تێر دەکات مرۆڤ لە ڕێگەیەوە دەبات بەرەو ناشیرینی و سوکایەتی.

لە ڕاستیدا زاراوەکانی حەلاڵ و حەرام و موباح و مەندوب و مکروە... لە ئیسلامدا پەیوەندی بە دەرئەنجامە جوانەکانەوە هەیە، هەروەها بە هەموو شتێکەوە لەم ژیانەدا... هەندێ جوانی هەیە لە بازنەی حەلاڵیدا یە، بەڵکو دەبێتە واجبیش... جوانی یەکیش هەیە لە بازنەی قەدەغەکراویدایەو، دەبێتە کارێکی قێزەون..

ئـەگەر ڕێــرەوە دەستکردەکانیش لە ڕوانگەی خۆیانەوە لە ڕووی هزر و بیر و باوەڕەوە جوانی پۆلێن دەکەن، بەو پێیەیش هەندێ جوانی قبوڵ دەکەن و، هەندێکی ڕەتدەکەنەوە، ئینجا مارکسیەت لەو بارەوە گەیشتووەتە ئاستێك بە ئارەزووی خۆی شت ڕەوا دەکات و، قەدەغە دەکات، بانگەشەش دەکات بۆ چەند بەشێك لە جوانی و دژایەتی چەند بەشێك دەکات... بەڵام لە ڕوانگەی ئیسلامی یەوە پێویستە تێبینی ئەو ئاڕاستە ئەخشە بۆ کێشراوە بکەین سەبارەت بە جوانی و تێکەڵی ئەکەین لە نێو هەموو شێوەکانی جوانیدا و، مامەڵەیان لەگەڵ ئەکەین وەکوئەو کەسەی تووشی ئەخۆشی (عمی الالوان) تێکەڵکردنی ڕەنگەکان بووە، واتە ڕەنگەکان لە یەك ناکاتەوە.

ڕتکردنەوە بۆ شێواندن

ئـەگەر چی ئیسلام جـوان بـە جـوان ناو دەبـات، با لە قسەو دیدە پاراوەکەشی دەربچێت بۆ شتەکانی تر، بەڵام لە هەمان کاتیشدا ڕێگە نـادات بە جوانکردنەوەی ناشیرین و بە ڕزکـردنـەوەی بۆ ئاستی بەڕاست تەماشاکردنی... چونکە ئەو تۆ کارێك زیاتر نییە لە شێواندن بۆ واقیع و درۆ کردن لە بەر ڕاستییەکان و، هەوڵدانێکە بۆ ڕوکەشی کردنی بریقەدار بۆ ئەو شتەی لە خودی خۆیدا ئابووت و ناشیرینە..بەڵکو ئەوە پاڵیشیان پێوە دەنێ بۆ ئەوەی بکەونە نێو حەرام و ناڕەواوە، بە شێوەیەك هەق و ناهەق تێکەڵ بن... (زين لهم سوء اعمالهم والله لا يهدي القوم الكافرين) التوبه ٣٧

کاتێك ناشیرینی دەبێتە بەهایەکی داواکراو

ئەوەش تێڕوانینێکی ڕەسەنی جوانیی ئیسلامی و، ئـەو جوانـی یەکانی تـر کە چەندین وێژە و هونەری لێوە هەڵقوڵاوە.... بە تایبەتی ڕێرەوی (الواقعية) و (الطبيعية) زیـــادەڕەوی دەکــەن لـە جـوانـکـردنـەوەی ناشیرین و، ڕازاندنەوەی بە قسەی شیرین و هـونـەری جـوان، ئـەوەنـدەیش جەخت دەکەنەوە لە سەر ئەو واتایە، تاکو ئابووت ڕزگاری دەبێت لە ناشیرینی خۆی لە دیدی خەڵکەوە و، دەگۆڕێت — سـەرەڕای هەموو بەها دژە ئەخلاقییەکانی — بۆ بەهایەکی داواکـراو و شتێکی جوان، جوانی ئیسلامی ئەو فریودانە ڕەتدەکاتەوە، بەڵکو حەرامی دەکات و بنەبری دەکات و ، ئەو کەسانەیش بە درۆزن ناو دەبات کە هەوڵی شێواندنی ژیـان دەدەن لـە ڕێـگـەی بـە کـار هێنانی ئامرازەکانی جوانی کە خوای گەورە پێی بـە خشیون، جێی خۆیشی بـوو بـە کار نەهێنرایە لە بە هێزکردنی جوانیی ڕەسەن نەبێت و، هەروەها بۆ ئاشکراکردنی ئابووتی و ناشیرینی بەمەبەستی بنەبڕکردنی لە گۆڕەپانی جیهان و بوارەکانی ژیاندا.

دەزگاکانی پێشوازیکردن

خـوای گـەورە کـە هـەمـوو شتێکی بە ڕێکوپێکی دروست کـردووە، ڕووبـەڕووی زانیارییە جوانەکان لە گەردوون و جیهان و سـروشـت و ژیـانـدا، هەنـدێك دەزگـای پێشوازیکردنی داناوە کە مامەڵەی لەگەڵدا بکات و، مرۆڤ بگوێزێتەوە بۆ ئاستگەلێکی پێگەیشتووتر لە سەر ڕێکوپێکی تاك و داهێنانی شارستانی، بەم شێوەیش جوانی کاری خۆی جێبەجێ دەکات.

لە ڕاستیدا بیستن و بینین و بەرکەوتن و تامکردن و بۆنکردن، ئەو دەزگایانەی کە پێشوازی دەکەن و زانیارییەکان دەدگوێزنەوە

بۆ بیر و هۆش بۆ ئەوەی جیایان بکاتەوە ، بیانپاڵێوێ، هەروەها دڵ و ویژدان بۆ ئەوەی پێیان کارێگەربێت ، لە دوای هەموو ئەمانەشەوە سەرسوڕمان و حەزکردن دروست دەبێت، ئینجا ئەو دەربڕینە دروست دەبێت کە دەنووسرێت و نیگار دەکێشرێت و دەتاشرێت و دەکرێت بە ئاواز و دەژنرێت و وێنە دەگیردرێت

ئەو هەژاندنەی کە سنووری بیروهۆش تێدەپەڕێنێ

ئەوەی قورئان بخوێنێتەوە تووشی سەرسوڕمان دەبێت، چی بە ئەو هەموو ئایەتانە وەکو تەوژم هەڵدەقوڵێن لەئاماژە کردنێکدا بە گوێ و چاو ودڵ و، جەخت دەکاتەوە لە سەر بە گڕخستنەوەیان و، ناڕەزایی دەردەبڕێت بەرانبەر هەموو کەسێک هەوڵ دەدا بۆ ڕاگرتنیان و پەکخستنیان. بەڵام لە پاش چەند ساتێکی کەم سەرسوڕمانی ئامێنی و بەقەناعەتی تەواو دەکات ، بە هۆی ئەو دەنگدانەوەی لە قورئانەوە دەیبیسێ....چونکە سەرەڕای ئەو دەزگایانەی تایبەتن بە هەست و هۆشەوە کە یەکێکە لە بە هێزترین شێوازەکانی ئیعجازی خوایی لە بوونەوەردا (بۆ نمونە با ئەو سێ ملیون وەتەرە بە بیری خۆماندا بهێنین کە لە کەناڵی (ئوستاکی) پێکهێنراوە، هەروەها پێکهاتەی سەرسورهێنەری چاو، ئەوەی کە (داروین) دەربارەی دەڵێ، هەرکاتێك بیر بکەمەوە لە پێکهاتەی چاو، تەزوو بە گیانمدا دێت و هەرگیز بێ باوەڕ نیم بە بوونی پەروەردگار!!

ئەمە سەرەڕای ئەوەی ئەو دەزگایانە هۆکارن بۆ جێبەجێکردنی پەیوەندی نێوان مرۆڤ و جیهان بە هەموو ئەو وزەو یاسایانەی کە ئادەمیزاد فرمان و ئەرکەکانی لە سەر بنەمای ڕادەپەڕێنی لە زەویدا ، بۆ ڕاپەڕاندنی ئەرکی ئاوەدانکردنەوەی ئەم جیهانەو پەرەپێدانی.

سەرەڕای ئەمەو ئەوەش ، ئەم دەزگایانە کاری خۆیان ئەنجام دەدەن لە سەر ئاستی ئاڵوگۆڕکردنی جوانی لە نێوان ئادەمیزاد و نیعمەت و نیشانەکانی خوای گەورە کە بڵاون لە هەموو جێگایەك، لە هەمان ڕێگەشەوە لە ڕێنەوەی ویژدان دروست دەبێت کە بەرز دەبێتەوە سەر بیرکردنەوەی پەتی و، سنورەکانی ئەقل و مەنتیق بە جێدەهێڵێ لە بەخشینی ئیمان و ئاسوودەییەکی قوڵتر بە ئادەمیزاد بە داهێنەری ئەم گەردوونە سەر سوڕهێنەرە..... جوانە......

بانگەشەیەك بۆ بەگڕخستنی چاو لە لاپەڕەی گەردووندا

با گوێبیست بین بۆ هەندێك لە بانگەوازە یەك لە دوای یەکەکانی قورئان لە مەڕ بە کار هێنانی هەستەکان لە گەردوونی جواندا و، مەشق پێکردنیان لە سەر هەمیشە بەردەوامی لەگەڵ سروشت و جیهان، بۆ مەبەستی زۆر کردنی سەرمایەی ئادەمیزاد لە سەر هەموو ئاستەکانی ئیمان و کردەیی و، جوانی (ولقد ذرانا لجهنم كثيرا من الجن والانس لهم قلوب لا يفقهون بها ولهم اعين لا يبصرون بها ولهم آذان لا يسمعون بها اولئك كالأنعام بل هم أضل..) الاعراف١٧٩ هەروەها ئایەتەکانی :القصص ٧٢، هود ٢٠،الانعام٥٠، الانسان ٢ الملك ٢-٤،النور ٤٤، الاعراف ١٨٥، الروم ٥٠ ،الانعام ٩٩ ، الحجر ١٦.

هەندێکیش بۆ بەگڕخستنی گوێ

ئەوە هەندێك بوو دەربارەی ئەوەی قورئان پێشکەشمانی کردووە سەبارەت بە چاو، ئەی چی فەرمووە دەربارەی گوێ ؟ لە ڕاستیدا قورئان بە هەمان شێوە بە جۆری جەخت دەکاتەوە لە سەر پێویستی بایەخدان بەم هەستە بۆ بەردەوام بوونی پترو زیرانەتر لەگەڵ گەردوون و سروشت و ژیان ، تاکو دەگاتە ڕاستی بوونەوەر و یەکتاپەرستی پەروەردگار، هەروەها ڕاستەقینەی ئایین بە شێوەیەکی ڕەها کە خوای گەورە پێغەمبەرە بەڕێزەکانی پێ ڕەوانە کردوون و، ناڕەزاییشی دەربڕیوە بەرامبەر ئەوانەی کە نەیانتوانیوە ئەم هەستە بە کار بهێنن بۆ گەیشتن بەو ئاستەی شایستەی ئادەمیزادە: (ولا تكونوا كالذين قالوا سمعنا وهم لا يسمعون) الانفال ٢١، هەروەها ئایەتەکانی: القصص ٧١، البقره ١٧١، الانعام ٣٦، الاعراف ١٠٠.

پلەی نزم

با بیر بکەینەوە لەو دیمەنە ڕەشەی کە قورئان هەمیشە باسی دەکات دەربارەی ئەوانەی کە پەیوەندی هەست و هۆشی کارێگەری خۆیان دەپچڕێنن لەگەڵ جیهاندا ، ئەو پەیوەندییە لە دەست دەدەن نەك لە بەر نەبوونی ئەقل و ئامرازەکان، بەڵکو لە بەر ئەوەی پەردەکانیان لە سەر داخستووە و، نەیانزانیوە چۆن هانی بدەن لە سەر کارکردن و توانا کانیان بە هێز تر بکەنەوە، هەر بۆیە وەکو قورئان باسی کردوون (صما) و (عميا) و (لا يفقهون) کوێر وکەڕ دەبن و نیعمەتی تێگەیشتن لە دەست دەدەن . پلەش نییە لەوە نزمتر!!

خۆتان جوان بکەنەوە!!

لە دیدی ئیسلامەوە، مەسەلەکە لەئاستی دانپێدانان، یا جەختکردنەوە لە سەر ڕاستەقینەیی جوانی پێکهێنانی گەردوون و جیهان و سروشت و دروستکردنی بونەوەر ڕاناوەستێت، بەڵکو ئەوە تێدەپەڕێنێ بۆبانگەشە کردن بۆ کارکردن بە خۆڕازاندنەوەو، خۆ جوانکردن لە هەڵسوکەوتەکانی موسڵماندا و، سوود وەرگرتن لە پاساکان و زانیارییەکانی، بەڵکو فەرمانکردنیش بەوە کردووە:(ولقد ذرانا لجهنم كثيرا من الجن والانس لهم قلوب لا يفقهون بها ولهم اعين لا يبصرون بها ولهم آذان لا يسمعون بها اولئك كالأنعام بل هم أضل..) الاعراف١٧٩

ئینجا ئەو بانگەشەیە، یان- بە دەر بڕینێکی وردتر - ئەو فەرمانە داوای خۆ جوانکردنەوە دەکات لە ئادەمیزاد، لە کاتێکدا ڕوو دەکاتە ئەنجامدانی گرنگترین کردەوە کە پەیوەندی بە لایەنی ڕوحیەوە هەیە ئەویش نوێژە

موسڵمان لەم بازنە تەنگە سنوورداره لێی حاڵی نەبووە، بەڵکو ئاسۆی بینینی فراوانتر کردووەتەوە ،وەکو چۆن لە هەموو ئاراستەیەکی قورئانی، یان- پێغەمبەر (صلى الله عليه وسلم) هاتووە بۆ ئەوەی هەموو ڕووبەرو هەڵسەکەوتەکان بگرێتەوە، لە ڕاستیدا ژیانی مرۆڤی موسڵمان لە هەموو بوارەکانیداو، لە هەموو وەرچەرخانەکانیدا پێویستە ڕێکوپێك و شۆخ و پاك بێت ....لە خواپەرستن و کار و هەڵسوکەوت و، جل و پۆشاك و، ڕەوشت و، ئاکار و، ئاوەدانکردنەوە...لە ماڵ و شەقام و کۆڵان و و فەرمانگە و دامەزراوەکانماندا.... تەنانەت لەقژ و ڕیش داهێنانمان و بۆ نخۆش کردنی خۆماندا.

بۆیە ئەو فستیڤاڵە دروست بووا!!

بەجوانی و خاوێنییەوە بچینە نێو مزگەوتەکانەوە و..... هەموو جێگایەکی تریش ... ڕەچاوی جوانی بکەین لە هەموو کردەوەو مامەڵەیەکدا........موسڵمانان بە چاکی لەوە گەیشتن و، زانییان چۆن ژیانی خۆیان جوان بکەنەوە، بۆیە ئەو فستیڤاڵە بیناسازییە ئاوازەیە دروست بوو لە مزگەوتەکاندا ... بۆیە ئەو شارە جوان و قەشەنگانەیان دروست کرد، هەروەها ئەو هونەر و ڕێکوپێکی یە لە خواردن و پۆشاکدا و لە هۆنراوە و، نیگار و جوانووسی و ڕەنگەکان دا.

لەنووسینێکی دکتۆر (عماد الدين خليل)
وەرگێراوە بە ناونیشانی: (حديث عن الجمال في الاسلام).

پێوەرەکانی سەرکردەی ئیسلامی

لە ژێر رۆشنایی ئایەتی

((ان خير من استاجرت القوي الامين)) القصص ٢٦، باس لە دوو پێوەری گرنگ و سەرەکی سەرکردەی ئیسلامی دەکەین، پێوەرەکانیش بریتین لە:

پێوەری یەکەم: هێز (القوە)

پێوەری دووەم: ئەمینداریتی (لامانە)

هێزو ئەمینداریتی ئەو دوو دووپێوەرەن کە هەموو ماناو خەسلەتە بەرزەکانی سەرکردە لە خۆ دەگرێت هەروەکو زانایان و پسپۆڕانی کارگێڕی لە جیهاندا باسیان لێوە کردووە.

پێوەری یەکەم: هێز (القوە)

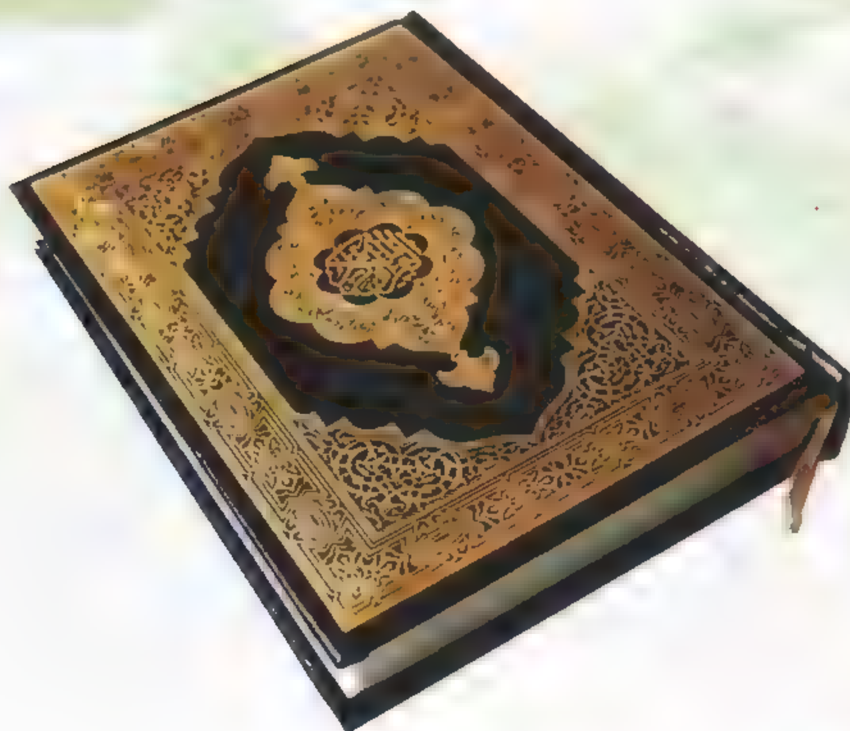
مەبەست لە هێز واتا لێهاتوویی و زیرەکی و توانای سەرکردە لە راپەراندنی کارو ئەرکەکانیدا، هەڵبەتە جۆری تواناو هێزەکەش جیاوازدەبێت بەپێی جیاوازی مەهامەکان. زانای ناوداری ئیسلامی (ابن تيميە) سەبارەت بە چەمکی هێز دەفەرموێت: هێز بەپێی جۆری دۆخەکە دەگۆڕێت بۆنموونە هێز لە سەرکردایەتی کردنی جەنگدا دەگەڕێتەوە بۆ ئازایەتی دڵ و شارەزابوون لە هونەر و فێڵی جەنگ، هێزیش لە داوەری کردن لە نێوان خەڵکیدا دەگەڕێتەوە بۆ شارەزابوون لە چەمکی دادگەری کە قورئان و سوننەت ئاماژەیان پێداوە، لەگەڵ توانا لە جێبەجێ کردنی حوکمەکاندا

لە سیماکانی لە دەستدانی هێز.

١- رۆتینییانی تاقەت پڕوکێن:

نیشانەکانی ئەم دیاردەیە بریتیین لە هێواشی بەڕێکردنی ئیش و کارەکان و رایی کردنیان، ئەمەش هەم دەبێتە هۆی بێزاری و وەرس بوون‌و هەمیش هۆکارێکە بۆ دروست بوونی فشارو پاڵەپەستۆ بۆ سەرکارەکان، هەروەها فاکتەرێکیشە بۆ بەهەدەردانی کاتێکی زۆر، نموونەی ئەم جۆرە روتینییاتانەش لە وڵاتی خۆمان زۆر بە زەقی دەبینرێت.

٢- لاوازبوونی لایەنی رۆحی: نیشانەکانی ئەم دیاردەیەش بریتیین لە کزبوونی ئیمان لە دڵەکان و کەمی داوای لێخۆش بوون کردن لە خوای باڵادەست، چونکە بەردەوامی ئیستیغفار کردن سەرچاوەی هێزوپێز بەخشین و یارمەتیدانی پەروەدگارە بۆ بەندەکانی، دیارە بوونی ئیستیغفاری بەردەوام و ملکەچی کردن بۆ خودای گەورە خاڵی جیاوازی ئیسلامە لەگەڵ سیستمەکانی خۆرئاوا و بوارە زانستەکانیان. کە ئەمەش نهێنی بەدەستهێنانی هێزی مەعنەوی و ئابوورییە کە بەداخەوە لێی بێ ئاگاین، حەقیقەتی ئەمەش لە ئامۆژگارییەکی پێغەمبەر هوددا (سەلامی خوای لێ بێت) بۆ گەلەکەی بەرجەستەدەبێت کە بوونی(ئیستیغفار) و گەڕانەوە بۆ پەروەردگاریان دەکاتە مەرجی سەرەکی دەستکەوتنی ژێرخانێکی مەعنەوی و ئابووری بەهێزهەروەك دەفەرمووێت: ((يا قوم استغفروا ربكم ثم توبوا اليه يرسل السماء عليكم مدرارا و يزدكم قوة الى قوتكم)) هود ٥٢، واتە: ئەی گەلەکەم داوای لێبووردن لە پەروەردگارتان بکەن دواتر بگەڕێنەوە بۆ لای ئەو ئەگەر وابکەن خوا لە ئاسمانەوە باران بە لێزمە دەبارێنێ بەسەرتاندا و هێزی تر زیاد دەکات بۆ هێزەکانتان



قورئان چیم پێدەبەخشێ؟!

ئا: بەهەشت عەلی

ئێوارەیـەك باپیـرە لەنـاو جلەبۆیەی جـەری باخچەکـەی خۆیـان دانیشـت بوو، خەریکـی زیکـر و یادی خـوای گەورە بوو کـوڕەزا مێرد منداڵەکەی کـە تازە خەریك بـوو بـەرەو ژیانێکی نـوێ و هەرزەکارانە ئەهات، هاتە لای و پێی وت: ئایا باپیرە ئەم قورئانە سـودی چییە بۆ من؟ خۆ من هەر ئەیخوێنمەوەو لێی تێناگـەم، باپیرەی زانا کەمێك سـەیری کرد و پاشان سەبەتەیەکی لەپوش چنراوی پێدا(کە ناو سەبەتەکە ڕەش کرا بوو)پێی وت: بڕۆ کوڕم بەم سەبەتەیە لـەو کانیەی خوار خۆمانەوە ئاوم بۆ بێنە، کوڕەکەش لەم قسەی باپیرەی سەری سوڕما و پێی وت: ئاخر باپیرە خۆ ئەمە ئاوی تیا ناوەسـتێ، هەمووی لە پوشەکانەوە ئەڕژێ ئیدی چۆن ئاوی پێ بێنم؟

باپیـرەش وتی: ئەزانم کـوڕم تۆ بڕۆ بیهێنە، کوڕەزاکەشـی بەرەو کانیەکە بەڕێ کەوت وکاتێ گەیشتە کانیەکە سەبەتەکەی پڕ کـرد لە ئاو و پاشـان گەڕایەوە بۆ لای باپیـرەی، بـەڵام تا گەیشـتە لای باپیرەی هیچـی تیا نەمابێـی وت: ئەوەتـا باپیرە خۆ مـن وتم ئـاوی تیا ناوەسـتێ، باپیرە وتـی: دوبارە بڕۆ ئـاوی تیا بهێنە، دووبارە ڕۆیشـتەوە ئەمجارەش هەر بەهەمان شێوە هیـچ ئاوێکی تیا نەمـا، باپیرە وتی: جارێ تریـش بـڕۆ، ئـەم کارەی چەندجـار پێ دووبارە کردەوە، تـا لەکۆتاییدا وتی: کوڕم دانیشە سـەیری ئەم سەبەتەیە بکە، یەکەم جار بردت ناوەکەی ڕەش ڕەش بوو، بەهۆی ئەوەی چەند جار ئاوت پێ هێنا (هەچەندە سـودت لە ئاوەکەی وەرنەگـرت) بەڵام خۆ ئەبینی ناو سـەبەتەکەی جوان و سـپی و خاوێن کردۆتەوە، بۆیە دڵنیابە هەرچەندە لە قورئانیش تێنەگەیت بەڵام بەبێ ئاگایی خۆمان دڵ و دەرونمان پاك و خاوێن و سپی ئەکاتەوە لە ڕەشی تاوانەکان، ئەتتوانی سود لە سەبەتەکە وەربگریت و ئاوی تیا بهێنی، بەڵام خۆ سەبەتەکە سپی و خاوێن بوەوە.

ئەمە جوانترین وڵامە بۆ کەسـانێك بە هەڵە بیردەکەنەوە ودەڵێن قورئان خوێندن هیچ سودی نیە چونکە لێی تێ ناگەم ئیدی بۆ بیخوێنمـەوە، دڵنیابە هەرچەند تۆ لێی حاڵی نەبیت بەڵام دروست کەرەکەی پاداشتت ئەکات لە خوێندنەوەی، ئەوەتا پێغەمبەر و سەرداری مرۆڤایەتی (صل الله علیه وسلم) فەرموویەتی: (هەرکەسێك پیتێك لە قورئان بخوێنێـت یەك چاکەی بۆ دەنوسـرێت وە چاکەش لای خوای گەورە یەك بە دەیە، من ناڵێم الم یەك پیتە، بەڵکو ئەلف پیتێکە و لام پیتێکە و میم پیتێکە)، لە پاداشتی ئەم چاکانەیـە کە دڵ و دەروون سـاف وخاوێن دەبنەوە و تەرازووی حەسەناتی دواڕۆژیش قـورس دەکات، هـەر کەسـێکیش بیەوێت ئەتوانێ لێی تێبـگات، دووبارە پێغەمبەری ئازیز (صلی الله علیه وسـلم) ئەفەرموێت: (خـوای گەورە هەرکەسـێکی خـۆش بوێت لـە دینی خـۆی شـارەزای دەکات)، هەوڵی مرۆڤیش بۆ گەیشـتن بەهەر شتێکی بەرز و ئاوازە پێویسـتی بە مانـدوو بون هەیە، بێگومـان هەوڵەکان زۆرتر بـن بەرهەم و دەسـتەکەوتەکان باشـتر دەبن، جا ئەگەر ئەمەش لە سنووری ئاینی پیرۆزی ئیسلامدا بێت سـەرەڕای دەستکەوتنی پاداشتی زۆری دنیا و قیامەت هۆکاری سەرەکییە بۆ نزیك بوونەوە لە خوای گەورە.

وانەی بیرکاری فێری کردم!

و: برەو

* **بیرکاری فێری کردم:** سالب کەرەتی سالب بکەین یەکسانە بە موجەب، بێ ئومێد مەبە نارەحەتی دوای نارەحەتی بەمانای رزگاربوون دێت.

* **بیرکاری فێری کردم:** کە دەتوانین بەچەند رێگایەك بگەینە ئەنجامی راست، وا مەزانە تەنها تۆخاوەنی راستیەکانیت و هەر کەسێك پێچەوانەی تۆ بێت هەڵەیە.

* **بیرکاری فێری کردم:** هەموو شتێکی نادیار بەهایەکی هەیە، جا رق لەکەسانێك هەڵمەگرە کە نایناسیت.

* **بیرکاری فێری کردم:** ژمارەی سالب هەرچەند ژمارەکانی گەورە بێت، ئەوەندە بەهاکەی بچوك دەبێتەوە، وەك ئەو کەسانە وان کە لوت بەرز و خۆ بەگەورە زانن بەسەر خەڵکیدا، هەرچەندە خۆبەگەورە زانتر بن ئەوەندە لەبەرچاوی خەڵکیدا بچوك و سووك دەبن.

* **بیرکاری فێری کردم:** کۆتاییە جوانەکان، لەکاتی تەواوکاریدا دێتە دی.

* **بیرکاری فێری کردم:** گەر شیکارکردنی هاوکێشەیەك ئەستەم بوو، ئەوا پەنا بۆ خەیاڵ ببە.

* **بیرکاری فێری کردم:** کورترین رێگا لەنێو دوو خاڵدا بریتیە لە هێڵێکی راست.

* **بیرکاری فێری کردم:** بۆ ئەوەی هاوکێشەکان راست بن، ئەوا پێویستە هەردوو لای هاوکێشەکە یەکسان بن.

* **بیرکاری فێری کردم:** نەبوونی شیکار، واتە بوونی شیکار.

* **بیرکاری فێری کردم:** شتێك هەیە بەناوی کۆتایی نەهاتوو، جا لەبیرکردنەوەو خواستەکانتدا سنووردار مەبە.

حەقیقەت و ڕامان!

بەنێن ئەنوەر

ئەو فاکتەرو هۆکارانەی هەندێك لە ئینسانەکانیان گەیاندۆتە لوتکەو هەندێکیشیان نزمکردۆتەوە» هەر خودی ئینسانەکانن. ئێمە لە زۆر لایەنەوە ئامانجمان نییە ئیرادەمان نییەو نرخی بەهرەکانمان نازانین. کارەکانمان بەپێوەرێکی کورت و بچوك هەڵدەسەنگێنین لەپێناو ئامانجێکی کاتی و خێرادا! زۆرێکمان هەر لەشوێنی خۆی دەخلیسکێت و هەستیشی پێناکات. لەبەر ئەو هەموو نارەزایی و ڕەشبینییەی لە دەروونماندا لەسەر ژیان و ژینگەی هەمانە، بەهەشتێك لە کەهکەشانی فەلەك لەخەیاڵدا بۆ خۆمان دروستدەکەین و چاوو سەرنج و تەسەورەکانمان ملکەچی فەرمانەکانی بەرژەوەندی و ئارەزووەکانمان دەکەین و هەر بەو خەیاڵەوە خەو بە لووتکەکانەوە دەبینین.

باشە ئەم هەموو هیجرەت و دەنگی نارەزاییە لەبەر چی، بۆ نرخ و قەدری ئەو شتانە نازانین کە لەئێستادا هەمانە؟ بەڕاستی ئێمە لەهەندێك بواردا تەواو پێچەوانە بیردەکەینەوە، لەئێستادا نوقمی خەیاڵ و فانتازیا بووین «کەچی دەمانەوێت ئەم خەیاڵە لە دوارۆژدا بکەینە ڕاستی و بە داهاتوو بیگۆڕینەوە! من ناڵێم ئینسان لە ئێستادا خەو بە داهاتویەکی ڕونەوە نەبینێت، نەخێر «ئێمە دەڵێین ئێستا لە واقیعێکدا دەژین کە شایەنی لێکدانەوەو باوەڕو کردارە نەك خۆزگەی بێ بنەماو خەوو فانتازیا ئێمە ئەگەر لەئێستادا نرخی کات و ڕوداوو پێشهاتەکان نەزانین، چۆن دەتوانین ئەو حەقە بەخۆمان بدەین و بڵێین؛ ئاینده بۆ ئێمەیە؟ ئەگەر زیان لە دەرئەنجامەکانی کرداری مادییەت و سامان و دارایی کەسانی ترەوە لە داهاتودا پشکێکی بەر ئێمە بکەوێت، خۆ لەدەرئەنجامەکانی کردارە عەقڵی و ئەخلاقی و دینی و زانستیەکانی پێشەنگە ئەزموندارەکانمان هیچ شتێکمان بۆ نامێنێتەوە کە ئەسڵی ئەریتو کلتورو ڕەسەنایەتی خۆمانی پێ بپارێزین، کەواتە یا دروشمە جوانەکانی خۆمان نەدۆزینین و دەروازەو پێشەنگێکی ئاوازە بین. کاتێك ئارەزوی چالاکیەك دەکەی ڕاستەوخۆ دەستپێبکە. کاتێك دەتەوێ بڕیارێکی سودبەخش بدەی ڕاستەوخۆ بەڵێن بەخۆت بدەو بڕیارەکە دەربکە. کاتێك بیرۆکەیەك لە مێشکتدا گەڵاڵە دەبێ ڕاستەوخۆ دایبڕێژە ئەگەرچی زۆر کەمیش بێت، من کاتێك ئەم بیرۆکەیەم لە مێشکدا بۆ دروستبوو ڕاستەوخۆ ئەم بابەتەم نووسی. کاتێك دەتەوێت دەستپێبکەی ڕاستەوخۆ دەستپێبکە» مادام تێگەیشتوی و دەزانیت سەرەتایەك هەیە.

هەستکردن بە هەندێك بوارو بابەتی سەرەتایی و بچوك، نرخ و بەهای خۆی هەیە. تۆ ئێستا خاوەنی زۆر شتی گرینگی بەڵام نرخیان نازانیت «لەبەر ئەوەی متمانەو بڕوات پێیان نییەو خۆت فێری هونەری بەکارهێنانیان نەکردووە. ئایا تۆ گوێت لەو کەسانە نەبووە کە گەیشتونەتە لوتکە بەرزەکان و توانیویانە بەسەر تەنگو چەڵەمەکاندا زاڵبن چی بە ئێمە دەڵێن؟ ئەوان بەئێمە دەڵێن؛ ئەگەر بمانتوانیایە تەمەن و کات و وزە بەکارنەهێنراوەکانی کەسانی تریشمان دەکڕی و بۆ سەرکەوتنی زیاتری خۆمان بەکارمان دەهێنا!

دەزانن ئەمە مەعنای چییە؟ مەعنای ئەوەیە کە ئەوانیش وەکو من و تۆ بوون و خاوەنی هەمان غەریزەو پاڵنەرن و هیچیان لە ئێمە زیاتر نییە تەنها ئەوە نەبێت کە ئەوان لەدەروازەی نهێنییەکان تێگەیشتون و چونەتە ژورەوەو نرخی گرفت و مەینەتی و ئازارەکان دەزانن و لەبەرامبەریاندا ئارامدەگرن، ڕوداوەکانی ئێستایان بەبێ نرخ و بەسوکی سەیر ناکەن بەڵکو بەڕاستی دەیانبینن و کاردانەوەی ڕوداوەکان باوەڕی لە دڵی ئەواندا دروستکردووە. کەواتە ئێمە دەبێت نرخی ئێستاو ئەو ڕاستی و گۆڕانکارییانەی لێمان ڕودەدات بزانین و بە گاڵتەو شتێکی ڕێکەوت و مەحاڵ و سەر قاڵکەریان نەزانین، چونکە هیچ شتێك ناگۆڕێت، بەڵکو ئەوە ئێمەین کە دەبێت بگۆڕێین.

بە دەستی خۆتە

و: ئیمان ناصح

لە ڕۆژانێکدا دوو برای زۆر ژیر دەژیان، هەستیان دەکرد کە زانیاری قوتابخانەو چواردەورییان بەشیان ناکات

بۆیە دایکیان گەڕا تا زانایەکی لە ناوچەکەدا بۆ دۆزینەوەو کوڕەکانی بردنەلا.

دوو براکە هەموو جارێک برێکی زۆر پرسیاریان لە زاناکە دەکردو ئەویش وەلامی دلنیاکەرەوەی دەدایەوە ئەمەش زۆر خۆشحالی کرد بوون، بۆیە ئیزنیان لە دایکیان خواست بۆ ماوەیەك لەلای زاناکە بمێننەوە تا شتی زیاتر فێربن، دایکیشیان ڕێگەی پێدان و ئەوانیش مانەوە.

کوڕەکان زۆر دڵخۆش بوون بەوەی هەموو پرسیارێکیان لە زاناکە دەکرد و وەلامی تەواوی پرسیارەکانیشیان وەردەگرتەوەو وەلامەکانیش دڵ ڕازیکەر بوون.

بەلام پاش ماوەیەك بێزاربوون هەر بۆیە بیریان کردەوەو بەخۆیان ووت دەبێ ئەم جارە پرسیارێك بدۆزینەوەو لە زاناکەی بکەین کە نەزانێت وەلامەکەی چییە.

یەکێك لە براکان وتی: دۆزیمەوە، ئەرانە چییە

پەپولەیەك ئەخەمە نێو دەستمەوەو لە زاناکە ئەپرسم لە نێو دەستم پەپولەیەك هەیە زیندووە یان مردووە؟

گەر بلێ مردووە ئەوە دەستم ئەکەمەوەو پەپولەکە ئازاد دەکەم، بشلێ زیندووە ئەوە بە ئەسپایی دەستم توند دەکەم و پەپولەکە دەکوژم، هەرچی بێت وەلامەکەی هەڵە دەردەچێ.

بەرەو لای زاناکە ڕۆشتن و یەکێکیان دەستی داخراوی بەرەو ڕووی زاناکە درێژ کردو پرسی:

لە ناو دەستم پەپولەیەك هەیە، مردووە یان زیندوو؟

زاناکە بۆ ماوەیەکی درێژ لە چاوی کوڕەکەی ڕوانی و پاشان وەلامی دایەوە:

بە دەستی خۆتە کوڕەکەم، بە دەستی خۆتە...

خۆشەویستیت

داهاتووت

گەنجێتیت

ژیانت

هەموو هەنوێنکت

بەختەوەریت

خۆشحالیت

هەمووی بە دەستی خۆتە

مـرۆڤ بەشـێوەیەکی گشـتی ئەوەنـدەی بەدوای عەیبی خەڵکدا دەگەڕێت بەدوای عەیبی خۆیـدا ناگەڕێت بـە تایبەت لەم سـەردەمەدا، هەیە بەدوای عەیبی خەڵکی تردا دەگەڕێ، یان ڕەخنەیەك دەگرێ دواتر لێی پەشیمان دەبێتەوە، یـان هەیـە تەنها بۆ ئـەوەی دەرکەوێـت لەناو جەماعەتەکەیـدا زۆر بەوردی بەدوای عەیبێکی هاوڕێکەی خۆیدا دەگەڕێ ، زۆرجاریش بینیومانە کەسـانێك کە لەناکاو ڕەخنەیەکی سەیر دەگرن دوای ڕەخنەگرتنەکەیان ڕاستەوخۆ یان پەشیمان دەبنـەوە یان قسـەیەکی تر دەکـەن، بۆ ئەوەی وای پیشـان بدەن لێیان تێکچووە یان شـۆخیان کردووە، ئەمانە بەوردی بەدوای عەیبی خەڵکیدا دەگەڕێن، بۆیە هەر کە چاویان بەشـتێکی نامۆ کەوت دەیکەن بەعەیب و جێگەی ڕەخنەو تیرو توانـج، ئیتر هەرچی بێت و ناکامەکەی بە چی دەگات لایان گرنگ نییە.

دەگێڕنەوە کوڕێك قژی هەندێ درێژ بوو و نیوەی لول بوو، ڕۆژانە دەبوایە ماوەیەکی باش خەریکـی قژداهێنان و جێڵ لێدان و جوانکاری کردنی بوایە تا کەمێك ڕێك دەبوو، بەیانییەك کەسـێك لەدەرگای ماڵەکەی دا، هێشتا قژ نیوە لولەکە لەخەو هەڵنەسـتاوە و قژەکەشـی بەو بەیانییـە خـودا دەزانێ چـی لێهاتووە و چۆن ئاڵۆزو پەرت بووە، بە دەنگی دەرگاکەوە لەخەو هەڵدەسـتێ، ئەویش خێرا دەرگاکـە دەکاتەوە و بـەدەرگا لێدەرەکـە دەڵێت: چییـەو بۆچی هاتووی؟ ئەویش پێیدەڵێت: ویسـتم ئاگادارتان بکەمەوە کـە ئاوێکی زۆر لەماڵەکەتانەوە دێتە دەرەوە بـێ ئەوەی ئیشـی پێ بکەن و بە فیڕۆ دەچێت، ئەمەش گوناهە و دەبێتە هۆی ئەوەی مافی خەڵکانی تر بخۆن!

بـەڵام کوڕەکە بـێ هیـچ بیرکردنەوەیەك وەڵامـی دەداتـەوە و دەڵـێ: بڕۆ جـارێ قژی خۆت چاك بکـە ئینجا وەرە پێمان بڵێ ئاوەکە بگرنـەوە! ئەوەی لە بیرچووە کە خۆی قژێکی هەیە نیوەی لول وناڕێکە و شانەشی نەکردووە، بـەڵام پیاوەکـەی تـر ئاقڵتـر بـوو و وەڵامی نەدایەوە و ڕۆیشـت، کاتـێ کوڕەکە گەڕایەوەو سەیری ئاوێنەی کرد ئەنجا تێگەیشت کە خۆی ماڵەکـەی لە شوشـەیەو خراپە بـەرد بگرێتە ماڵی خەڵکـی تر، عەیبێـك لەخەڵك ئەگریت کاتێك خۆت عەیبداریت..

هـەروەك وتراوە: لـەدەرگای کـێ بدەیت لـەدەرگات دەدرێتەوە ، بۆیـە دەبێ بزانین کە عەیبە لەهەر کەسێك بگرین ئەوە عەیبمان لێ دەگیرێتەوە ، بۆیە با خۆمان لەو کارو ڕەفتارە بپارێزین و خەریکی کاری چاك بین، با عەیبی خۆمـان ڕێگرمان بێـت لەوەی باسـی عەیبی خەڵکی تر بکەین.

مرۆڤەکان کەم و زۆر خێریان تێدایە، پێش ئـەوەی گومانی خراپیان پێ بەریت و عەیبیان لێبگریـت، گومانـی چاکیان پێ بـەرە، ئەوەتا پێغەمبەری خودا (درودی خودای لەسەر بێت) کاتێ کەسـێك تاوانێکی ئەنجامدەدا، لەپێشـدا سـەیری لایەنە باشـەکەی ئەو کەسەی دەکرد، نەك لایەنی خراپ و تاوان و شـەڕانگێزیەکەی، گومانـی خراپـی بەکەس نەدەبـرد و خەڵکی بەکـوڕ و کچ و برا و خوشـکی خۆی دەزانی و بەجوانترین شێوە هەڵسوکەوتی لەگەڵ دەکردن، هەروەها عەباس دەڵێ: پێغەمبەری ئازیز (درودی خودای لەسـەر بێت) فەرموویەتی: هەرکەسێك عەیبی بـرا مسـوڵمانەکەی بەردەپۆش بکات، ئەوا خودای گەورە لـە ڕۆژی قیامەتدا عەیبی ئەو بەردەپۆش دەکات، هەرکەسـێکیش عەیبی برا مسـوڵمانەکەی هەڵماڵێت و ئاشکرای بکات ئـەوا خودای گەورەش عەیبی ئەو هەڵدەماڵێت و ئاشـکرای دەکات هەتـا لەنـاو ماڵـی خۆیدا ئابڕووی دەبات

لە کاتی هەڵسـوکەوتکردن لەگەڵ خەڵکیدا، نادیەرەوەربە و چاکەو جوانیەکانیان بخەرە ڕوو بەڵام مەڵێ فلان ئەو عەیبەی هەیە و فیسـارە ئەو عەیبەی هەیە، یان کارێك مەکە هەسـتیان بریـنـدار بکەیـت، بەهـۆی خراپەکانیانـەوە چاکەکانیـان لەیاد مەکە و هەر خۆشـت بوێن و وەڵامـی خراپە بـە خراپە مـەدەوە، ئەگەر ویسـتت جێگای خۆت لەدڵی خەڵکی بکەیتەوە، ئەوا ئەوکارە وایان لێدەکات لەناو دڵی خۆیاندا جێگایەکی جوانت بۆ هەڵبژێرن.

لەکۆتاییـدا دەڵێـم: پێش ئەوەی دەسـت بکەیـت بەهەڵکێشـانی ڕەگ و شـکاندنی درەختـی شـەڕو خراپـە و گەڕان بـە دوای عەیبی خەڵکیدا، بگەڕێ بەدوای درەختی خێر و چاکەکانیاندا و تێر ئاویان بکە.

ئەرێ هەرێمی کوردستان لە بازنەی قەیراندایە یان لەسەیراندایە!؟

عەلی ئیبراهیم حەسەن

زۆرجـــار دەبـیـنـیـن لـەکـەنـاڵـە تەلەفزیۆنیەکان گفتوگۆی تێروتەسەل دەکـرێ لـەسـەر ئـەوەی ئـایـا هەرێمی کوردستان لە قەیران و کێشەدایە؟!یان بارودۆخی زۆر ئارامەو شوێنی سەیران و گەشتاریە؟! لەوەڵامدا دەڵێین هەرێمی کوردستان بارودۆخەکەی (رێژەییە)ئەگەر بەراوردی بکەین لەگەڵ ناوەڕاست و خوارووی عێراق ئەوا هەرێمی کوردستان لە رووی ئارامی وئاوەدانی و گەشەسەندنی ئابوری بەرێژەیەکی باش بارودۆخەکە باشترە!؟ بەڵام ئەگەر وردتر وەڵام بدەینەوە دەڵێین هەرێمی کوردستان لـەبـەردەم ژمارەیەك قەیراندایە!؟

یەکەم/ قەیرانی سەرکردە

سـەرکـردە وەکـو (سـەر وایـە بۆ لاشە) گەورەترین قەیران لە حیزبی کوردی و لە حکومڕانی و فەرمانڕەوایی کوردی لەخودی سـەرکـردە خـۆی دەنـوێـنـێـت!؟ سـەرکـردە مرۆڤە نەخۆش دەکەوێت!؟ ئیفلیج دەبێت!؟ جەڵـدەی دڵ و مێشکی تـووش دەبێت!؟ سەرکرە هەڵە دەکات!؟ سەرکردە دەمرێت!؟

کـەواتـە پێویستە لە هەر حزبێك چ عەلمانی بێت یاخود ئیسلامی، بە وردی هەڵوێستە بکرێت، بزانن دەزگایەك یاخود پەیمانگایەکی باڵا هەبێت، بۆ پێگەیاندنی (سەرکردە) ئایا خودی کەسە یەکەمەکان بەجدی کار لەسەر ئەوە دەکەن بۆ دوای خۆیان دەیاها سەرکردەی بە ئەزموون و شـارەزا دروسـت بکەن!؟ یاخود تەنها کار لەسەر ئەوە دەکرێت کە سەرکردە (تەقدیس و پیرۆز و مەزن) بکرێت!؟

بـۆیـە دەبـێـت کـورد دەیـەهـا بـەدیـل وجێگرەوەی هەبێت بۆ شوێنی (سـەرۆك کۆمارسەرۆك وەزیران، سەرۆك هەرێم،.. هتد) بەداخەوە ئەوەی لە هەندێك لە دەزگا راگەیاندنەکان پەخش دەکرێت کە ئەگەر فلانە سەرکردە بڕوات یان بمرێت!؟ جگە لە شڵەژان و بێ ئومێدی هیچ بەدیل و هیچ جێگرەوەیەك ناخەنە روو !؟ ئەمە خۆی گەورەترین قەیرانە!؟ چونکە لە هەرێمی کوردستان ئەگەر زەمینە سـازی بکرێت هەزارەها سەرکردە دەتوانرێت ئامادەبکرێت چ لە بەغداد یاخود لە هەرێمی کوردستان!؟

بەڵام پێویستی بەوە هەیە ئیرادە هەبێ، سەرکردایەتی بۆ چەند کەس و خانەوادەیەك تاپۆ نەکرێت، میلەتی کورد گەنج و لاوی خوێندەوار و رۆشنبیر و بەئەزموونی زۆری هەیە تا بتوانرێت سەرکردەی لێهاتووی بۆ نەتەوە و نیشتیمانی لێ ئامادەبکرێت.

دووەم/ قەیرانی بەرپرس و راوێژکار و بەڕێوەبەری دڵسۆز

دەگێرنەوە لە سـەردەمی شـای ئێران رۆژنامەنوسێك لە شا دەپرسێت (ئەرێ تا چەند میللەت و جـەمـاوەر تۆیان خۆش دەوێت و نیشتیمایان بۆت هەیە !؟ لە وەڵامدا شا دەڵێت (هەموو گەل و جەماوەری ئێران رۆح و گیانیان لەگەڵ مندان!؟) دوای راپەڕین و شۆڕشە جـەمـاوەریـە سەرتاسەریەکەی ئێران و هەڵاتنی شا بۆ وڵاتی میسر هەمان رۆژنامەنووس هەمان پرسیاری لێ دەکات بەڵام ئەمجارەیان وەڵامەکەی شا بەجۆرێکی تر دەبێت ودەڵێت (بەرپرس و مەسئولەکان منیان روخاند!؟)

أ- ئەوەی لە بەهاری عەرەبی پێویستە کـورد و سەرکردەکانی پەندو وانـەی لێ

وەربگرن بریتی بوو لە گەندەڵی بەرپرس و مەسئولەکانی دەوروبەری نزیکی (زین العابدین و حسنی مبارەك و قەزافی و علی عبدالله صالح و ئەسەد و ... تاد) بۆ نمونە لە تونس زین العابدین بەرپرسە نزیکەکانی بریتی بوون لە خزمی نزیك و زاوا و برازا و بازرگانی بێ ویژدان و هی حسنی مبارك جمال و عەلای کوری، ئەوانی تریش بەهەمان شێوە!؟ ئەگەر سەرکردەکان چەند پێوەرێك دانەنێن بۆ دیاریکردنی بەرپرس وەك پێوەری (دڵسۆزی، دەستپاکی،شارەزایی،رەوشت بەرزی، خەمی خەڵك، ... تاد) تووشی هەمان دەردی (شا) و سەرکردەکانی بەهاری عەرەبی دەبن!؟ لە بیرمان نەچێت شای ئێران جوانی وت (مەسئولەکان منیان روخاند) بە راپۆرتی ناڕاست و بە ماستاوچێتی و قوربان قوربان و بازرگانی کردن بە فرمێسکی میللەت!؟

ب- چۆن راوێژکار حکومەت و سەرۆکی وڵات دەڕوخێنێت

جارێکیان مامۆستایەکی زانکۆ سیمینارێکی هەبوو منیش بەشدار بووم چەند قسەیەکی زۆر بەنرخی کرد بۆ مێژوو من لێرەدا دووبارەی دەکەمەوە گوتی (ئێستا دایکم ٨٥ ساڵە و نەخوێندەوارە بیبەمە ئەمریکا و لە شوێنی (سەرۆك ئۆباما) دایبنێم وڵاتی ئەمریکا بەڕێوە دەبات!؟ بەشداربوانی سیمینارەکە زۆر سەرسام بوون!؟ دواتر گوتی لە ئەمریکا (راوێژکاران)وڵات بەڕێوە دەبەن!؟

هەر هەمان مامۆستای زانکۆ قسەیەکی تری کردو گوتی (لەگەڵ بەرپرسی یەکێك لەم حزبانەی کوردستان باسی ئەوەم کرد پێویستە راوێژکارتان هەبێت ئەویش گوتویەتی کاوێژکارمان بۆچی یە!؟

بەداخەوە لە هەرێمی کوردستان راوێژکار لەهەموو وەزارەت و دەزگایەك هەیە بەڵام لەسەر بنەمای پێوەری زانستی و لێهاتووی دانەمەزراون !؟ وەزیری وا هەیە ماوەی چوار ساڵ چوار قسەو پرۆژەی لە راوێژکاران وەرنەگرتووە!؟هیچ هەڵسەنگاندن و بەدواداچوون نیە بۆ راوێژکارانی حکومەت و پەرلەمان ئایا بەرامبەر ئەو موچە بەرزە چ پێشکەش بە پەرلەمان و حکومەت و میللەتی کورد دەکەن !؟هێشتا چارەسەری راوێژکارمان نەکردبوو داهێنەرانی وەزارەتی رۆشنبیریشی هاتە سەر !؟ بۆیە پێویستە راوێژکار راوێژکار بێت و خاوەن پرۆژە و پێشنیار بێت و جێگە پەنجەی بە بڕیارەکانەوە دیاربێت!؟

ج- چۆن بەڕێوەبەر حکومەت دەڕوخێنێت!؟

کۆبونەوەکانی بەڕێوەبەران لە وڵاتی ژاپۆن دوای دەوام دەکرێت، ئەگەر بەڕێوەبەر بە ئیفاد بڕوات دەستەڵاتی خۆی دەداتە یاریدەدەرەکەی!؟ بەڵام لە هەرێمی کوردستان لەگەرمەی دەوامدا زۆربەی بەڕێوەبەرەکان کۆبونەوەیان هەیە،میوانیان هەیە،ئیفادن، لە دەورەی تەتویرن!؟

کێشەی زۆری حکومەت و وەزارەتەکان بریتیە لەوەی بەڕێوەبەری کارگێری شارەزاو و لێهاتومان زۆر کەمە، بۆیە پێویستە وەزیر و بەڕێوەبەرە گشتیەکان بەوردی کار لەسەر بەڕێوەبەرکان بکەن، تا هاوڵاتیان ئیش و کاریان لەدەزگاو فەرمانگەکان بە هەفتەو مانگ دوانەکەوێت،لەبەر کۆبونەوە و ئیفادی بەڕێوەبەرە بەڕێزەکان.

سێیەم : قەیرانی بازرگانی و خۆت بگرە لیژنەکە هات!؟

بەرنامەی لیژنەکە هات لەکەناڵی ئاسمانی زاگرۆس، ئەو راستیەمان پێدەڵێت،

أ- لەکابینەی یەکەمی حکومەتی هەرێم تا کابینەی شەشەم بەدواداچوون و چاودێری زۆر کەمبووە یاخود هەر نەبووە، پەرلەمان تا ئەم خولەی ئێستا کەمێك چالاکە،دەنا ئەندامانی پەرلەمانی خولەکانی پێشوو هیچ وەڵامی کۆمەڵانی خەڵکی کوردستان دەدەنەوە کە چەندین ساڵە ئەو هەموو خۆراکە خراپە و بەسەرچووە دەرخواردی خەڵکی کوردستان دراوە، بۆچی بەدوادا چون و هەڵوێستێکیان نەبووە،ئەری مەعقولە ئەو هەموو کارگە و کۆگاو دەرمانخانانە لە هەرێمی کوردستان و ئەوە بیست ساڵە بە هەزارەها تەن دەرمانی ئێکسپایەر و خراپیان دەرخواردی خەڵکی کوردستان داوە،بۆچی لیژنەی تەندروستی پەرلەمان لە ساڵی ١٩٩٢ تا ئێستا بەدواداچوون و پرۆژەو پێشنیارێکی نەبووە،ئەی خێرە تا کابینەی حەوت حکومەت وەزارەتی تەندروستی کارێکی بەرچاوی وای نەکرد، سنورێك بۆ ئەو بازرگانانە دابنرێت کە برادەرێك پێی گوتم لە غازی عەنتاب لە تورکیا بازرگانێکی تورك کە کاری دەرمان دەکات گوتی (وەڵا عەلی حسن مجید بەقەد بازرگانی دەرمانی کورد ژەهریان دەرخواردی کورد نەداوە!؟) داتا و ئامارەکان شاهێدن شێرپەنجە و نەخۆشی چۆن رۆژ لەدوای رۆژ تەشەنەی کردووە.

چوارەم/ بودجەی هەرێم و عەجائیبی سەبعە!؟

چەندین ساڵە بودجە دواخراوەو بەبیانووی جیاواز بەڵام لە ساڵی رابردوو هەندێ لە ئەندامانی پەرلەمان گوتیان لە پێناسەی زانستی بودجە کە کتێبەکانی ژمێریاری حکومی هاتووە، بودجە بریتیە لە خەمڵاندنی خەرجی و داهاتی یەك ساڵە،ئینجا بەرپرسانی دارایی دوای مشتومڕێکی زۆر گوتیان دەکرێت بودجە بەرێ بکرێت مادام بودجە خۆی تەخمینە.

پرسیارەکە ئەوەیە بۆچی بەرپرسانی وەزارەتی دارایی چەندین ساڵە بودجەیان دواخست و بەبیانوی پەسەندکردنی بودجە لە بەغداد لەگەڵ ئەوەی بۆ جارێکیش بەرپرسانی دارایی کتێبی محاسبە حکومیە یان بخوێندباوە،بە روونی پێناسەی بودجەی بە تەخمینی کردووە،یا خود بۆچی پەرلەمانتارێك یاخود بەرپرسێك ناپرسێ ئەو هەموو جیاوازیە چی یە،لەنێوان قسەکانی بەڕێز فازڵ نەبی وەکلیی وەزیری حکومەتی بەغداد و بەڕێز بایز تاڵەبانی و تاهیر رەشید لە وەزارەتی دارایی حکومەتی هەرێم!؟ هەموو ساڵێك لەکاتی بودجە کاك فازڵ نەبی دەڵێت رێژەی بودجەی هەرێم ١٧٪ یە، ئەگەر لە ١٧٪ نەبێت چۆن کوتلەکانی دەوڵەتی یاسا داوای کەمکردنەوەی دەکەن، بەرپرسانی دارایی هەرێمیش دەڵێن لە ١٠٪ یە و لە ١١٪ زیاتر نیە،خۆزگە رێکخراوەکانی کۆمەڵگەی مەدەنی و دەزگاکانی راگەیاندن بە ووردی کار لەسەر ئەم قەیرانانە بکەن!؟

لە کۆتاییدا دەڵێین دەیەها قەیرانی تر هەیە هیوادارم بەرپرسانی دڵسۆز لە هەرێمی کوردستان بە ئیرادەیەکی پۆڵایین قەیرانەکان دەستنیشان بکەن و بەدەستەڵات و ئۆپۆزسیۆن و دەزگاکانی راگەیاندن و کۆمەڵگای مەدەنی وماموستایانی زانکۆ و مامۆستایانی ئاینی و پەرلەمانتارانی خەمخۆر بە جدی سنورێك بۆ ئەو ئەهامەتی و کاولکاریانە دابنێن چونکە لە بیرمان نەچێت هەمومان لەیەك کەشتیدابن، تکایە با کاربکەین پێش ئەوەی کەشتیەکەمان نقوم و نغرۆ بێت.

شیکاری کەسایەتیت بکە... پاشان ڕۆڵی خۆت ببینە

بەرێزان ئێمەی مرۆڤەکان لەو ساتەوەی کە هەستمان بەبوونی خۆمان کرد لە ناو خێزان و کۆمەڵگەکەمان، لەو ساتەوەی بیری گەڕان بەدوای نهێنییەکانی ژیان دەبنە خولیامان، لەو ساتەوەی کە جیاکردنەوەی باش لە خراپ و جوانی لە ناشیرینی یەکان دە بنە ئامانجمان، لەو ساتەوەی هەوڵدانمان بۆ گەیشتن بەخودی حەقیقەت و دۆزینەوەی ڕاستی یەکان و بەدەستهێنانی باشترینەکان دەبنە حەزوو ئارەزووومان، لەو ساتەوەی ووردو درشتی شتەکان دەبنە جێی پرسیارو ئێمەش دەمانەوێت بەهەموویان بگەین چونکە خودی مرۆڤ بونەوەرێکی بزۆك و سەرەڕۆیە دەیەوێت مومارەسەی تەواوی شتەکان بکات لە ماوەیەکی زۆرکەم و کورت و دیاری کراودا. لەم دۆخەدا پێویستە هەڵوێستەیەك بکەین و بوەستین، جارێکی دیکە بەخۆمان و کەسایەتی و هەڵوێستماندا بچینەوە بەرامبەر خودی خۆمان و خێزان و دواجار کۆی کۆمەڵگەکەشمان، پێویستە جارێکی دیکە بەشێوەیەکی ورد ترو ژیرانە تر بۆ بابەت و پرسە جیاوازەکانی ژیان بەگشتی هەنگاو بنێین، بەڵام ئەمەش هەروا بە ئاسانی بەدەست نایەت بەڵکو دەبێت بەر لە هەمووشتێك هەڵسەنگاندنێکی تەواو بۆ خودی خۆمان بکەین بەشێوەیەکی گشتی، سەرەتاش دەبێت وەڵامی چواربابەتی گرنگ و هەستیار بدەینەوە چونکە هەریەکە لە و بابەتانە کاریگەری تایبەتی خۆی هەیە لەسەرمان و ڕۆڵێکی گەورەی هەیە لە ئاڕاستەکردنمان بەرەو کایە جیاوازەکانی کۆمەڵگە، هەروەك دیاری کردنی هەریەك لەو بابەتانە بۆخۆی ڕاڤەی بەشێکە لە کەسایەتیمان، هەروەها لە لایەکی دیکەوە وەڵام دانەوەی ئەم پرسانە بۆئێمە ڕۆشنترکردنەوەی ڕێگاکەیە، بەواتایەکی دیکە هەرکات توانیمان ئەم بابەتە گرنگانە وەك خودی خۆیان ڕاڤە بکەین ئەوا بێگومان لە کۆمەڵگەشدا بە شێوەیەکی تەندروست و سەرکەوتووانە ژیان بەرێدەکەین هەروەك دەتوانین دەورو بەرمان بە شێوەیەکی سەرنج ڕاکێش بۆلای خۆمان کەمەندکێش بکەین.

ئەو بابەت و پرسە گرنگانەی کە دەبێت لە ڕێیانەوە شیکاری کەسایەتیمان بکەین بە کورتی:

١- ئێمە کێین؟: پێویستە بەرلەوەی هەنگاو بنێین بۆ ناسینی دەوروبەر و گەڕان بەدوای نهێنی یەکانی بووندا یەکەم هەنگاومان بەرەو خودی خۆمان هەڵگرین و سەرەتا خۆمان بناسین بە هەموو ماناکان، واتە دەبێت سەرەتا بۆ ئەو نهێنی یانە بگەڕێین کە لەناو خودی خۆماندا بەشاراوەیی ماونەتەوە، هەروەها دەبێت بزانین بۆچی هاتووین، ماف و ئەرکمان چی یە لە ناو خێزان و کۆمەڵگەدا هەروەك دەبێت بزانین پەیامەمان چی یە، هەرکات توانیمان وەڵامی ئەم پرسیارانە بدەینەوە کەواتە توانیمان ڕاڤەی خۆمان بکەین و بگەینە بابەتێکی گرنگ ئەویش خود ناسی یە، کەواتە لەم خاڵەوە دەگەینە ئەو ڕاستی یەی کە (خود ناسین یەکەمین ئەرك و خاڵی دەستپێکی مرۆڤەکانە بەر لە ژیان و کۆمەڵگە ناسین)

٢- ناسین و دۆزینەوەی تواناکان: پاش ئەوەی کە خۆمان ناسی پێویستە هەنگاوی دووەم بنێین کە ئەویش ناسین و دۆزینەوەی تواناکانە، بە مانایەکی تر پێویستە ئەو وزە لەبن نەهاتووانە بدۆزینەوە کە لە ناخ و جەستەماندا بونیان هەیە و درکمان پێ نەکردوون، بۆ ئەوەی جارێکی دیکە ئەم دەریا پڕ لە وزەیەی کە هەمانە لە خزمەتی مرۆڤایەتیدا بەکار بهێنین، تابیبنە چرا بۆ ڕێگا تاریکەکان، چا هەریەکە لە بوارە جیاوازو وزە تایبەتییەکەی خۆیدا کە بریتییە لە تواناکانی، کەواتە بەگشتی لەم خاڵەدا شتێك فێردەبین ئەویش (ناسین و دۆزینەوەی تواناکان گرنگترین کارێکە کە پێویستە ئەنجامی بدەین بەر لە هەر جموجوڵ و هەنگاوێك).

٣- ئاستی ژیری... ئاستی ڕۆشنبیری، ئەم دووپرسە گرنگە پرپایەخەش یەکێکە لە بابەتە گرنگەکان کە بەردەوام ڕۆڵێکی گرنگی هەیە لە ژیانی هەریەکەماندا بە جۆرێك چۆنیەتی ڕوانینمان بۆ ژیان لە لایەك و ئاڕاستەکردنمان لە ژیاندا لە لایەکی دیکەوە دەردەخات، کەواتە پێویستە لەسەرمان ئاستی ژیریمان هەڵبسەنگێنین بۆ ئەوەی لە هەورازو نشێوییەکانی ژیان و ئاستەنگەکانی ڕۆژگار بەپێی ئاستی ژیریمان ڕاڤەبکەین و بەو شێوەیەی کەهەیە ڕووبەڕویان ببینەوە، هەروەها پێویستە ئاستی ڕۆشنبیریمان هەڵبسەنگێنین بۆ ئەوەی نەکەوینە هەڵەوە لە چۆنیەتی مامەڵەمان لەگەڵ بابەتە جۆراوجۆرەکان، هەروەك پێویستە بە پێی ئاستی ڕۆشنبیریمان خۆمان لە قەرەی کایە جیاوازەکان بدەین بۆ ئەوەی لەو چوارچێوەیەدا مامەڵەیەکی تەندروست لەگەڵ کۆمەڵگە و گەمە جۆراوجۆرەکانی ژیاندا بکەین.

٤- ناسین یاخود زانینی پلەی کۆمەڵایەتی لە سەر ئاستی خێزان و کۆمەڵگە:

دیاری کردن و ناسینی پلەی کۆمەڵایەتی یاخود درك کردن بە ئاست و پلەی کۆمەڵایەتی یەکێکە لە بابەت و ئەرکە هەرە گرنگەکانی هەریەکێك لە ئێمە، چونکە هەرکات پلەی کۆمەڵایەتی خۆمان زانی بەرچاو ڕونتر دەبین بەرامبەر کۆمەڵگە و مامەڵە و کارلێکە جیاوازە کۆمەڵایەتی یەکانیشمان بە شێوەیەکی تەندروستتر ڕێك دەخەین لە ژیاندا ئەمەش بێگومان خۆی لە خۆیدا سەرکەوتنە.

ئەم بنەمایانەی کە بەکورتی باسمان کرد هۆکاری سەرەکین بۆ شیکاری کەسایەتیمان بەڵام لە هەمان کاتدا دەبێت ئەوەش بزانین کە شیکاری کەسایەتیمان یاخود ناسینێکی زانستیانەی خود بۆچی و خزمەت بەچیمان دەکات، بۆیە دەڵێین هەتا خۆمان نەناسین ناتوانین ڕۆڵی خوازراو یاخود تەواو بگێڕین لە کۆمەڵگەدا هەروەها ناتوانین کارەکانمان هەروا بەسانایی بەڕێوەبەرین.

کەواتە پێویستە کەسایەتیمان بناسین چونکە، ئەوکات بۆمان دەردەکەوێت لەچی ئاستێکین لە کۆمەڵگەدا بەگشتی، هەروەها تێدەگەین لەو ڕاستییەی کە کام کۆڕ و کۆمەڵ یاخود کام توێژ لەگەڵ بیرو ڕاو کەسایەتیمان یەکدەگرنەوەو پەرژەوەندی یەکانمان لە کوێ دەستەبەر دەبن و لەکوێ توشی داڕوخان دەبین، لەهەمان کاتدا بۆمان دەردەکەوێت کە لەکام کایەی ژیان سەرکەوتووین و لەکام گۆشەی ژیان شکستمان خواردووە، شارەزادەبین لەچۆنێتی گەمەکردن لەگەڵ ژیان و بۆ هەموو خۆشی و ناخۆشی و کێشەو گرفت و کارلێك و بەرکەوتە جیاوازەکان وەڵامی ئامادە و شیاومان دەبێت، وە ناسینی خود نەخشە ڕێگایەکی زۆربەسودو هاوکارێکی گرنگە بۆ ڕووبەڕووبوونەوەی تەنگژەکان، کەواتە شیکاری کەسایەتی فاکتەرێکی بەهێزە بۆ بەختەوەر بوونی خۆمان و ئاسودەکردنی کەسانی دەوروبەرمان، دەبێت کاری لەسەربکەین چونکە دەبێت ئەو ڕاستی یە بزانین کە ژیان هەمیشە بەردەوام نابێت و مۆڵەتمان پێ نادات کە بەشێوەیەکی هەڕەمەکی پەیوەندی یەکانمان ببەستین و بەبێ بیرکردنەوە هەرکات ویستمان بیبچڕێنین، لە کۆتاییدا دەڵێین، یادەست پێ بکەین و پەلە بکەین لە خودناسی پێش هەرهەنگاوێکی تر لە ژیانماندا، بەپێچەوانەوە شکست دەهێنین لە ژیانی خۆمان و دەبینە پاشکۆ لە کۆمەڵگەدا، چونکە ئەگەر مرۆڤ خۆی نەناسی هەرگیز لە کۆمەڵگەش تێناگات.

چەند وتەیەکی جوان سەبارەت بەهاوڕێیەتی

ئا: ڕۆشنا صالح

– هاوڕێ ئەوکەسەیە کەگۆرانی ناودڵت بزانێ و بشتوانێ بیڵێتەوە کاتێ تۆ وشەکان لەبیر دەکەی.

– هاوڕێی ڕاستەقینە فرمێسکی یەکەمت دەبینێ و دووەمت دەسڕێتەوەو سێیەمت ڕادەوەستێنێ

– هاوڕێکان وەك ئەستێرە وان دێن و دەڕۆن بەڵام ئەوەی کە دەمێنێتەوە ئەوەیە کە دەدرەوشێتەوە

– هاوڕێ ئەوکەسەیە کەلەرابردووت تێ بگات ،باوەڕی بەداهاتووت هەبێت و ئەمڕۆت قبوڵ بکات بەوشێوەیەی کەهەی.

– پیاسە کردن لەگەڵ هاوڕێیەك لەتاریکیدا باشترە لەپیاسەکردن بەتەنیایی لەڕووناکیدا.

– هاوڕێیەتی ئەوەنیە کێ بۆ زۆرترین ماوە دەناسی ، ئەوەیەکەکێ دێت و هەرگیز بەجێت ناهێڵێت

– بەڕاستی شتێکی سەرسوڕهێنەرە کاتێ دووکەسی نامۆ دەبن بەدووباشترین هاوڕێ بەڵام بەڕاستی ناخۆشە، کاتێ باشترین دووهاوڕێ دەبن بەدووکەسی نامۆ.

– هاوڕێی ڕاستەقینە ئازارەکان لەچاوت دەبینێ ، لەکاتێکدا ئەوانی تر هەموو بەزەردەخەنەت هەڵخەڵەتاون.

– هاوڕێی خراپ وەکو سێبەر وایە کاتێ کەدەدرەوشێیتەوە لەگەڵتە بەڵام کاتێ بەرەو تاریکی دەڕۆی بەجێت دێڵێ.

– هاوڕێی ڕاستەقینە لەکاتی تەنگانە دەردەکەوێ.

– هاوڕێیەتی قورسترین شتە لەجیهان. بزانە شتێك نیە لەقوتابخانە فێری ببیت بەڵام ئەگەر لەمانای هاوڕێیەتی نەگەیشتی،تۆ بەڕاستی فێری هیچ نەبووی.

– هاوڕێی ڕاستەقینە ئەوکەسەیە کەبەرەو ڕووت دێت لەکاتێکدا هەموو دونیا لێت دوور دەکەوێتەوە

– هاوڕێ باشەکان پەیوەندی ئێمەن بەژیان، بەرابردوو دەمان بەستێتەوە و ڕێگامانن بەرەوداهاتوو کلیلی بیرەتیمانن لەدونیای ئەزانیندا.

– تەنیاگوڵێك باخچەی منە بەڵام تەنهاهاوڕێیەك دونیای منە.

– تەنیابەهەشت لەهاوڕێیەك باشترە کەبەڕاستی هاوڕێیە

– لەهاوڕێکەم خۆمێکی تر ئەدۆزمەوە

– هیچ ڕێگایەك لەگەڵ هاوڕێی باش درێژ نیە

– تەنیاهاوڕێ ڕاستەقینەکان پێتەڵێن دەموچاو(ڕوو)ت پیسە

– دەرمانی یەنجا دووژمن تەنیا یەك هاوڕێیە

– باشترین ڕێگابۆتێکشکاندنی دووژمن ئەوەیە بیکەی بەهاوڕێ

– خۆشەویستی هاوڕێیەتی هەرگیز گەورەو بچووکی دەوڵەمەندی وهەژاری، جوانی وناشرینی، دووری ونزیکی،باشی وخراپی نابینێ چونکە لەدڵەوەیە

– هەرگیز باسی خۆت مەکە،هاوڕێکانت پێویستیان پێ ی نیەو دووژمنەکانیشت باوەڕت پێ ناکەن

– گوێم بۆدەگرێ کاتێك کێشەم هەیە وهیارمەتیم دەدەی بۆ سڕینەوەی فرمێسکی ڕووم خەمەکانم وەلا دەنێی بەختەوەری لەشوێنی دادەنێی

– هاوڕێ ئەو کەسە نیە کەلەپێناوت خەڵك دەکوژێ هاوڕێ ئەو کەسەیە کەلەپێناوت دەمرێ

– هاوڕێیەتی چیە ؟ دوو ڕووحە کەنیشتە جێی یەك جەستەن

– ناتوانین ئەوخۆشیانە لەبیر بکەین کەهەمان بوو، پێکەنین تائەوساتەی دەم وچاومان شین هەڵدەگەڕا گفتوگۆ سەبارەت بەوشتانەی خۆشیمان تیادا دەبینی هەرکەس ئێمەی ناسیباوای دەزانی شێتین

– هاوڕێی خراپ پەرداخێك زەهر بوایە هەرگیز هیچ کەسێك ئەی ئەخواردەوە ، بەڵام ئەفسوس زۆرێکمان ئەو زەهرە جۆتە خوێن مانەوەو ئالوودەی بووین.!

له دۆزینەوەی هاوڕێی باشدا قوربانی بدەو ماندووببە، چوون هاوڕێی باش یەکێکە لە کلیلە گرنگەکانی بەختەوەری و سەرفرازی دونیاو قیامەت..! هاوڕێی خراپ بەزیندوێتیت مردنت پێشکەش ئەکات. هاوڕێی باش مەنوای ئارامی یە لەو ساتانەی گێژەڵوکەی بارانی خەم بارگەت تێك و پێك ئەدات، کاتێ لادان و خراپەکان ڕووت تێ ئەکەن، هاوڕێی باش ئەك هەر ژیانت پێشکەش ئەکات بەڵکو دوای مردنیشت نزات بۆ ئەکات و لە یادت ناکات و سەردانت ئەکات.!!

هاوڕێی باش... ژیانە، ئومێدەناسوودەیی یە، بەشێکە لە ئیمان..!

هاوڕێی باش لە هەموو گەوهەرو سەرمایەکانی دونیا بەنرخترە، سەرمایەکان هەموویان بێ گیان و فانین، بەڵام هاوڕێ باشەکان ئێستاو داهاتوو قیامەتمان ڕۆشن ئەکەنەوە.

ئایا دەزانی تۆ لە هەموو کەس بایەخدارتری لەم ژیانە؟

بوەستەو کەمێ بیر بکەوە لە خۆت، دەزانی بە درێژایی مێژووی مرۆڤایەتی هەر هەمووی هیچ کەسێکی تری وەکو تۆ نەبوە؟ نەك هەر ئەوەندە بەڵکو لە داهاتووشدا کەسێکی تری وەکو تۆ دروست نابێتەوە.؟

تۆ بەرهەمی کۆمەڵێك فاکتەری بۆماوەیی و پێکهاتەی جەستەیی و هەست و نەست (العقل اللاواعی والباطن) وشارەزایی و هەڵوێستە جیاجیاکانی لەو شتانەی بەسەرتدا هاتوون، هەروەها تۆ بەرهەمی ئەو کات و شوێنەی کە تیایدا دەژی لەگەڵ هەموو ئەو توانا دیار و شاراوانەی کە لای تۆ دەست دەکەون.

لەهەمان کاتدا تۆ کاریگەریت هەیە لەسەر هەموو ئەو فاکتەرانەی سەرەوە، بگرە دەتوانی بەکاریشیان بهێنی و کۆنترۆڵیشیان بکەی و لەگەڵ خۆتیان بگونجێنی .

بەڵێ تۆ دەتوانی کۆنترۆڵی هەستەکانت بکەیت و بیرکردنەوەکانت ئاراستە بکەی و چارەنووست دیاری بکەیت، ئەویش بە بەکارهێنانی مێشکی خۆت بە شێوەیەکی ئەرێنیی.

تۆ پێکهاتووی لە جەستەو عەقل، ئەو عەقلەی تۆش پێك دێت لە دوو هێزی بەیەکەوە گونجاوی شاراوە (عەقلی شاراوەو عەقلی بەئاگا) یان وەکو هەندێك پێی دەڵێن (هەست و نەست) یەکێ لەم دوو هێزە زەبەلاحێکە هەرگیز ناخەوێت کە عەقڵی شاراوەیە، بەڵام عەقڵی بە ئاگا کاتێ دەخەوێ هێزەکەی نامێنێ و کە بەخەبەریش هات هێزە ناوەخنیەکانی لە راددەبەدەر دەبن، جا کاتێ هەردوو ئەو زەبەلاحە بە هەماهەنگی کاردەکەن ئەوا دەتوانن کاریگەریان هەبێت بەسەر هەموو هێزەکانی تری زانراو و نەزانراو بەشێوەیەك کە دەتوانن بەکاریان بێنن و ئاراستەیان بکەن.

ئەو شتە چیە کە دەتەوێ بەدەستی بێنی؟ چیت دەوێت داوابکە. یەکسەر زەبەلاحەکەی ناو فانۆسی عەلائەددین دێتە دەرودەڵێت: فەرمان بکە و لە خزمەتت دامە، چیت دەوێت من ئامادەم بۆتی ئەنجام بدەم.

بۆیە ئیرادەکەت رابگەیەنە و زەبەلاحەکەی ناخت لەخەو هەستێنە، چونکە ئەو زۆر بەتواناترە لەوەی لە کارتۆنی (سندباد و عەلائەددین)ت بینیوە کە لە فانۆسەکە دێتە دەر، ئەوەی ناو فانۆسەکە ئەفسانەو خەیاڵە بەڵام ئەو زەبەلاحەی لەناخی تۆدا نوستووە راستەقینەیە .

ئەگەر دەتەوێت سەرکەوتنت بنەخشێنی، هەر ئێستا هەستە لە خەوی غەفڵەت و زەبەلاحەکەی ناخیشت هەستێنە ئەو کات ژیانێك بە دەست دێنی کە خۆت دەتەوێت، دە هەستە جیهان چاوەڕوانی تۆیە.

وەرە دەرەوە لە ناخی خۆت

ئامادەکردنی
راهێنەر: زانا رۆستایی
(nh8037@gmail.com)

هونەری ئەتەکێت

ئەلقەی چوارەم

ئا: یاسین ئەحمەد زەنگەنە

ئەتەکێتی میوانداری

هەر یەك لە ئێمە لە ژیانی رۆژانەماندا روبەڕوی هەڵوێستی میوانداری دەبینەوە، جا بە شێوەی پێشوازی کردنمان لە میوان یان دەبینە میوانی کەسانی تر، ئەمەش کۆمەڵێك نەتەکێت و نەریتی خۆی هەیەو پێویستە رەچاو بکرێت، تا بە رێکی و جوانی دەرکەوین. لە باسەکەماندا بە کورتی ئاماژە بە چەند خاڵێك دەدەین کە پێویستە لە ژیانی رۆژانەماندا لە میانەی سەردانی و پێشوازیماندا کاری لەسەر بکەین :

١- لەکاتی سەردانی کردندا پێویستە بایەخ بە روکەشی خۆت بدەیت لە پۆشاك و جل و بەرگ بە پێی ئەو شوێنەی کە بۆی دەچیت، بایەخ دانەکەشت میانرەوانە بێت و زێدەرۆیی تێدا نەکرێت.

٢- هەر کات سەردانێت کرد و داوەت نەکرابویت، پێویستە پێشتر مۆڵەت لە خاوەن ماڵ وەربگریت تا کاتی سەردانیت بۆ دیاری دەکەن و، بە شێوەیەکی ژیرانە بزانە تا چەند ئامادەباشیان تێدایە بۆ پێشوازی کردن، چاك وایە لە رێگای پەیوەندی تەلەفونیەوە کات دیاری بکرێت.

٣- هەر کات داوەت کرایت، پێویستە بە سوپاس و خۆشحاڵیەوە وەڵامی داوەتەکە بدەیتەوە.

٤- هەر کات باری تەندروستیت تەواو نەبوو، یان کێشەو گرفتێکت هاتە پێش، ئەوا بە شێوەیەکی جوان پۆزش بهێنەوە و داوای لێبوردن بکە، کە ناتوانیت ئامادەی ئەو داوەت و مەراسیمە بیت.

٥- لە میوانداریدا پێویستە لەکاتی دیاری کراودا بگەیتە شوێنی مەبەست، نەك زوتر کە خاوەن ماڵ ئامادەسازیان وەرنەگرتوە بۆ پێشوازی، یان درەنگتر کەببێتە مایەیی نیگەرانی.

٦- لەکاتی سەردانیدا بە گلەیی و گازندە دەست بە قسان مەکە، گەر سەرنج و تێبینیەکت هەبوو ئەوا لێزانانە دەری ببڕە.

٧- لەکاتی سەردانی کردنی خزمان و هاوەڵاندا، چاوەڕوانبە تا شوێنی پێشوازی و دانیشتنت بۆ دیاری دەکەن.

٨- لەکاتی قسەکردندا بە دەنگێکی نەرم و لەسەرخۆ بدوێ نەك بە دەنگێکی بەرز، یان نزم ونەوی و چپەچپ.

٩- هەوڵبدە داوای شتیان لێ نەکەیت، وەك بەکارهێنانی تەلەفۆن یان هەر ئامێرێکی تر، مەگەر لەحاڵەتی زۆر پێویستدا، هەروەها دەستکاری دەزگاو ئامێرەکانی ماڵەکە مەکە، وەك تەلەفزیۆن، سەتەلایت.....تاد

١٠- ئەو خواردن و خواردنەوانەی پێشکەش دەکرێت قبوڵیان بکە، مەگەر جۆرە خواردن و خواردنەوەیەك لەگەڵ سروشت و تەندروستیتدا نەدەگونجا، ئەوا بە جوانی پۆزش بهێنەوەو داوای لێبوردن بکە.

١١- گەر رایان وەرگرتی سەبارەت بەخواردن و خواردنەوەکان و، خاوەن ماڵ سوربوو لەسەر ئەوە، ئەوا ئاساییە بە راشکاوی رای خۆت دەربڕیت حەزت لەچی خواردن و خواردنەوەیەکە، بە مەرجێك جێبەجێ کردنی ئەستەم نەبێت.

١٢- گەر کوپێك یان شتێك بەدەستەوە شکا یان تێك چوو، بەبێ مەبەست، ئەوا بەجوانی پۆزش بهێنەوەو نیگەرانی خۆت دەرببڕە، دواتر بابەتەکە لە بیر بکە.

١٣- پێویستە لەگەڵ خێزان یان هاوەڵەکانتدا، پێشتر کاتی کۆتایی میوانداری دەستنیشان بکەن و لەکاتی دیاری کراودا ماڵئاوایی بکەن.

١٤- پێویستە کاتی گونجاو و شیاو دیاری بکەیت بۆ پێشوازی کردنی میوانەکانت، تا بتوانیت ئەرکی پێشوازی میوانداری بەچاکی جێبەجێ بکەیت.

١٥ — لەکاتی سەردانی نەخۆشدا، پێویستە ماوەی سەردانەکە کورت بێت و، چونکە نەخۆش پێویستی بە حەسانەوەو پشوودانە، هەروەها ناشێت پرسیاری تایبەت بە نەخۆشیەکەی لێ بکەیت، یان منداڵ لەگەڵ خۆتدا ببەیت.

١٦- لەکاتی میوانیدا پێویستە رێز لە حورمەتی ماڵەکە بگیرێت و، هاتووچۆ نەکرێت بە نێو ژوور و بەشەکانیدا، مەگەر خاوەن ماڵ داوات لێ بکات.

١٧- لەکاتی میوانداریدا ناشێت باس لە کەموکورتی خواردن و خواردنەوە، یان کاروباری ماڵەکە بکرێت، چونکە دەبێتە هۆی شەرمەزاری و نیگەرانی خاوەن ماڵەکە.

١٨- هەستان و کۆتایهێنان بە میوانداری لەکاتی گونجاودا، چونکە زۆر دانیشتن کار دەکاتە سەر ژیان و بەرنامەی خاوەن ماڵ و، پشو و حەسانەوەیان دەشێوێنێ.

١٩- رێزگرتنی میوان ئەرکێکی ئاینی و کۆمەڵایەتیە، بەڵام زۆر لەخۆ کردنێکی لەرادەبەدەر بۆ ئامادەکردنی خواردن و خواردنەوەو پێداویستیەکان، کارێکی باش و خوازراو نیەو، کار دەکاتە سەر بوجەی خێزان.

٢٠- پێویستە خاوەن ماڵ بوار بڕەخسێنێ بۆ میوانەکانی و خۆشی و شادی دەرببڕێ بە ئامادەبونیان و رەخساندنی کەشوهەوایەکی گونجاو و خۆش بۆ ئاخاوتن و گفتوگۆ.

٢١- پێشوازی کردنی جوان لە میوانەکان، وەك بەخێرهێنانیان و بانگکردنیان بە خۆشترین ناوەکانیانەوە و، رەخساندنی شوێنی گونجاو و باش بۆ دانیشتن و حەسانەوەو پێداویستیەکانیان.

٢٢- دەست وەرمەدە لە کاروباری تایبەتی خاوەن ماڵ و بە پرسیاری زۆر نیگەرانیان مەکە.

٢٣- ئامۆژگاری و رێنوێنی منداڵەکانت بکە، تا لە میوانداریدا رەچاوی ئادابی میوانداری بکەن و هەڵسوکەوتی نەشیاو و جوڵەجوڵ و دەنگەدەنگ نەکەن و، کەش و هەوای میوانداریەکە نەشێوێنن.

٢٤- چاك وایە لەگەڵ خۆتدا دیاریەك ببەیت، وەك چەپکەگوڵێك، یان شیرینی، یان هەر شتێکی تر، بەپێی نەریتی ئەو شوێنەی بۆی دەچیت.

پشووی برەو

و: برەو

- ئافرەتی ژیر بیابان دەکات بەباخی رازاوە.
- ژیان فێری خۆشەویستیت دەکات، ئەزموون فێرت دەکات کێت خۆش بوێت، هەڵوێستەکان فێرت دەکات کێ خۆشتی دەوێت.
- گەر نەتتوانی قسەی هەق بکەیت، چەپڵە بۆ ناهەق لێ مەدە.
- رەوشت جوانی خراپەکانی مرۆڤ دەشارێتەوە، بەد رەوشتیش چاکەکان پەردە پۆش دەکات.
- بەرێزترین مرۆڤ کەسی لێبوردەیە، جوانترینیان کەسی بێ فیزە، دەوڵەمەند ترینیان کەسی قانیع و رازییە.
- خانەوادەکەم کاتی زۆریان بەسەر برد تافێری ئاخاوتنم بکەن، ئێستا خۆشم کاتێکی زۆر بەسەر دەبەم تافێری بێ دەنگی بم.
- خەڵکی هەڵدەرەوە وەك لاپەڕەکانی کتێب، لەسەر چاکەکانیان هەڵوێستە بکە، گەمژەکانیان لەبیر بکە، خراپەکانیان بدڕێنە.

هاوڕێکەم خەم مەخۆ، ئەو بایەی دەرگایەکت لێ دادەخات، پێ دەچێت هەمان با دەرگایەکی ترت بۆ وا لا بکاتەوە.

کاتێك ڕاست دەکەیت کەس باسی ناکات، بەڵام کاتێك هەڵە دەکەیت کەس لە بیری ناکات.

ژیریت وەك باخچە وایە، یان گوڵی هیواو گەشبینی تێدا دەڕوێنی، یان پڕی دەکەیت لە دڕکو داڵی بێ ئومێدی و ڕەشبینی.

ڕوانینمان لە ساڵی نوێ دا

د. ئەحمەد وەرتی
ئەندامی پەرلەمانی کوردستان
ahmadwerti@yahoo.com

کاتێک ئەم وتانەمان لە گۆڤارە ئازیزەکەی (بەرەو) دا دەخوێنیتەوە، پێمان ناوەتە ساڵێکی تر لە تەمەنمان، ساڵێکی نوێ و وەرزێکی تازە لە ژیانمان دەستی پێکردووە، هیوای لەشساغی و تەمەن درێژی و بەختەوەری بۆ هەموو خوێنەرانی بەڕێز و هاو نیشتیمانیانم دەخوازم، لە ناخی دڵمەوە لە خودای گەورە داواکارم لە هەڵەو تاوانی هەمووومان خۆش بێت و کارە باشەکانمان لێ وەرگرێت و ڕێنماییمان بکات بۆ هەر کارێک خێری خۆمان و میللەتەکەمان و مرۆڤایەتی تێدایە. کاتێک ساڵێک بەڕێ دەکەین، پێویستە بە ڕابردووماندا بچینەوەو بزانین؛

١- لە ساڵی ڕابردوودا چیمان کردووە، چەند لە ئەرك و کارەکانمان ئەنجام داوەو چەندە بوێرانە و ڕاشکاوانەو ڕاستگۆیانە پەردەمان لاداوە لە سەر مەسەلەکان و ئاشکراکردنی ڕاستیەکان و بەرەنگاربوونەوەی گەندەڵیەکان.

٢- چەند لە خەون و هیواکانمان لەمساڵدا هاتنەدی؟ ئەوانی تر چۆن بەرنامەیان بۆ دابنێین؟!

چۆن بتوانین لە هەڵەکانی ڕابردوومان سوود وەرگرین و ڕق و کینەی دڵمان و هێزو خۆ بەزلزانینمان وەلاوە بنێین، چونکە هەرچەندە بەهێزو بلیمەت و خاوەن توانا و نفوز بین و چەندە هەڵپەمان بێت بۆ ژیانی دنیاو ڕاکردن بە شوێنیدا، دواجار هەر ئەبێ بمرین و ئەم جیهانە بەجێ بێڵین، کەوابوو تەنیا کاری چاکەو خزمەتکردنی خەڵك و پاکی و ڕاستی و دڵسۆزی چارەسەرەو لە هانای هەمووومان دێت چ لەم دنیاو چ لەو دنیا..

٣- زۆر ڕاکردن بە دوای ژیانی دنیاو پارەو سامان و کۆشك و تەلار و دەوڵەمەندی و خۆ ماندووکردنی بلێسنوور و تەنانەت بوونی دەسەڵات و حوکمڕانی نابێتە مایەی ئەنجامدانی هەموو کارەکانمان و خۆشبەختی و فەراهەم بوونی گشت ئاوات و خواستەکانمان، بەڵکو کەڵك وەرگرتنی خراپ لەمانە و زێدەڕۆیی تیایاندا دەبێتە مایەی نەگبەتی و پەشیمانی.

٤- ڕوانین بۆ ئاییندە خەونێکی گەورەیە بۆ جوانکردن و باشترکردنی بارودۆخ و حاڵ و گوزەرانمان لە داهاتوودا، بۆیە دەبێ ڕوانین و ڕونیایەکی ڕۆشنمان هەبێت کە مەبەست و خواستێکی ڕەوا و شیاو و گونجاوی لە خۆگرتبێت، ئەمەش هێزێکی هاندەر و کاریگەر بە مرۆڤ دەبەخشێت بۆ کارکردن و بەردەوامی و دەسکەوتی نوێ لە ئاییندەدا، بێگومان ڕۆژانە ئێمە گوێبیستی دیدگاو ڕوانینی نوێ دەبین کە هەندێکیان هێزی خۆیان هەیە و مەرجی گۆڕانکاری و تەئسیرگوزاریان تێدایە، بۆ نموونە کۆمپانیایەك ڕیکلام بۆ کارو بەرنامەی داهاتووی خۆی دەکات و دەڵێت:(هەوڵدەدەین کۆمپانیاکەمان گوازەرەوەیەکی ئاسمانی ئاست بەرز بێت و گرنگی و بایەخی تەواو بدەین بە ڕێبوارەکان و فەرمانبەرانی)، یان بانکێك دەڵێت:(ئێمە هەوڵدەدەین بۆ جێبەجێکردنی بەرنامەی ئیسلام لە کارو بارو مامەڵەی بانکیماندا).. ئەمانە نموونەی بەهێزن بۆ سەرنجڕاکێشان و وروژاندن و کێشکردنی خەڵك بە لای خۆیاندا.

٥- ئەگەر ڕوانین و ڕونیاکە مەبەست و خواستێکی ڕەواو دروستیش لە خۆبگرێت و ئامانجی وروژاندن و باشترکردنی بارودۆخ و گوزەران بێت لە داهاتوودا، دەبێ لە توانایدا بێت خەڵکی تری پێ قایل بکات، وە ئەگەر خاوەنی ڕوانینەکە سەرکردەیەك یان سەرکردایەتییەك بوو، دەبێ هەوڵبدات لە گەڵیا قەناعەت بە خەڵکانی دیکەو شوێنکەوتوانی بکات بۆ قبوڵکردنی ڕوانین و بەرنامەکەی بە شێوەیەك ببێتە موڵکی خۆیان بۆ ئەوەی هاریکاربن لە گەڵیداو بەشداربن لە جێبەجێکردنیدا ئیدی سەختی و ڕێگریەکان هەرچی بن.

٦- لە هەموو حاڵەتەکاندا، دەبێ کاتەکانمان بقۆزینەوەو ڕۆژو هەفتەو مانگ و ساڵەکانمان بە بەرنامەو ڕوانین و ئەجێندای ڕۆشن و دروست بەڕێبکەین و کارەکانمان ڕێکبخەین و ئایندەمان بە ڕونیاو خەون و خولیاو کارو کۆششی جوان و باش و بەسوود بنەخشێنین بە سوود وەرگرتن لە ڕابردوو و پەند وەرگرتن لە هەڵەو ئەزموونەکانمان لە ساڵانی بووریدا.

ڤایرۆسێکی لەناوبەرا

خۆ بەگەورەزانین دەردێکی کوشندەی مرۆڤایەتییە، سیفەتێکی شەیتانی و بێزراوە، ڤایرۆسێکە گشت باشیەکانی مرۆڤ لەناودەبات، کەچی دەبینین زۆربەی مرۆڤەکان لەم سەردەمەدا ئاڵودەی ئەم نەخۆشیە کوشندەیە بوون.

بۆیە پێویستە بزانین خۆبەگەورەزانین چییە؟ زیانەکانی چین؟ ئەی خۆبەگەورەزانین مرۆڤ بەرەو کوێ دەبات؟

لەم بەراوەدا بەڕوونی وەڵامی ئەمانە بخوێنەرەوە و بەتەواوی بەچەمکی لوتبەرزی ئاشنا ببە!!، ئەمەش لەپێناو دوورکەوتنەوەمان لەو سیفەتە ناحەزە

خۆبەگەورەزانین بەواتایەکی تر لوتبەرزی بەسیفەتێکی شەیتانی ناسراوە، چونکە شەیتان یەکەم کەس بوو کەسیفەتی لوتبەرزی لەخۆیدا بەرجەستەکرد، ئەمەش لەکاتێکدا بوو کەخوای گەورە دوای دروست کردنی ئادەم (علیه سلام) فەرمانی دا بەفریشتەکان کە کرنوشی ڕێز بەرن بۆ ئادەم، هەموو فریشتەکان فەرمانی خوای گەورەیان بەجێهێنا جگە ئیبلیس نەبێت کەفەرمانی خوای گەورەی شکاند و وتی: [illegible]

پێغەمبەری ئازیز (دروودی خوای لەسەربێت) لەپێناسەی خۆبەگەورەزانیندا فەرموویەتی: ((الكبر بطر الحق وغمط الناس)) رواه مسلم

واتە: خۆبەگەورەزانین بریتیە لەبەرپەچدانەوەی ڕاستی و پاشان بەبچووک زانینی خەڵک.

شەیتانیش هەمان کاری ئەنجامدا، ڕاستی ڕەت کردەوە و ئادەمیشی بەبچووک زانی، هەر مرۆڤێکیش بەقەد گەردیلەیەک لەدڵیدا خۆبەگەورەزانین هەبێت، ئەوا دەبێتە هاوڕێی شەیتان و قارون و هامان و فیرعەون و نەمروت) چونکە بەڕاستی ئەوانە بەپێشەوای ئەم سیفەتە ناحەز و نەویستراو و دۆزەخیە ناسراون

ابن القیم لەپێناسەی خۆبەگەورەزانین دەفەرموێت: خۆبەگەورەزانین شوێنەوارێکە لەشوێنەوارەکانی سەرسام بوون بەنەفسی خۆت، لەدڵێکەوە دەردەچێت کەپڕیەتی لەنەزانی و نەفامی، کە ئەو کەسە لەبەندایەتی خوا دەردەکات و تووشی بێ ئومێدی دەکات، هەربۆیە ئەوکەسەی تووشی ئەم نەخۆشیە دەبێت زۆر بەکەم و بێ نرخ سەیری خەڵکی دەکات، کاتێک لەناویاندا ڕێ دەکات فەخریان بەسەردا دەکات، لەمامەڵەکردنیش لەگەڵ خەڵکیدا بەشێوەیەکە هیچ نەرم و نیانی و خۆشەویستی تێدا نیە، هەرگیز ئامادەنیە سەلام لەبەرامبەرەکانی بکات، بەڵکو هەردەبێت سەرەتا ئەوان سەلامی لێ بکەن، کاتێک لەگەڵ خەڵکی قسەدەکات زۆر سەیریان ناکات، هەروەها هیچ کات وانازانێ خەڵکی مافیان بەسەرەوە هەیە، کەچی لەبەرامبەریشدا مافی خۆی بەسەرهەموو کەسێکەوە دەبینێت!!، چاکەو پیاوەتی خۆی بەسەر هەموو کەسێکەوە دەبینێت، بەڵام چاکەو پیاوەتی هیچ کەسێک بەسەرخۆیەوە هەست پێ ناکات.

نموونەی لوتبەرزی وەکو ئەو گوڵە گەنمانە وایە کەپووچن و گەنمیان تێدانیە، کەچی هەموو کات سەربەرز و باڵا دەرێژن، بەپێچەوانەی ئەو گوڵەگەنمانەی کەپڕن لەگەنم و سەنگین و گرانن، لەبەرامبەریشدا هەمیشە ملکەچ و ڕوولەزەوین.

خۆبەگەورەزانین ناخ و دەروونی مرۆڤەکان بەهیلاک دەبات و سەرئەنجام زەلیلی و بچووکی و سەرشۆڕی و لەناوچوون دەکاتە خەڵات بۆ خاوەنەکەی، مرۆڤەکان بەهۆی ئەو سیفەتەوە هەمیشە و بەردەوام دوورن لەخەڵکی، کەئەمەش دەبێتەهۆی گۆشەگیری و هەست کردن بەخەمۆکی و دڵەڕاوکێ، ئەمانەش سەرەڕای ڕق و کینی خوای پەروەردگار لێیان، هەروەها ئەم سیفەتە مرۆڤ ڕووبەڕووی سزایەکی سەختی دۆزەخی دەکاتەوە و دووری دەخاتەوە لەمیهرەبانی و بەزەیی و بەهەشتی پەروەردگار، خوای گەورە دەفەرموێت: [illegible]

واتە: بەڕاستی خوا ئەوانەی خۆش ناوێت کەخۆدەنوێنن و فیزدەکەن و فەخر دەفرۆشن بەسەر خەڵکیدا.

لەفەرموودەیەکی قودسیدا پێغەمبەر (دروودی خوای لەسەربێت) دەفەرموێت: خوای گەورە فەرمویەتی: گەورەیی و مەزنی بەرگ و پۆشاکی منە، هەرکەس بیەوێت یەکێک لەوانە لەمن بسەنێت و لێمی دابڕنێت ئەوە هەڵی دەدەمە دۆزەخەوە.

سید قوتب دەڵێت: ئیسلام بیروباوەڕی گەورەیی و باڵابوونە، تایبەتمەندیەک لەتایبەتمەندیەکانی ئیسلام بریتیە لەوەی کە لەگیانی باوەڕداردا هەستی عیزەت دروست دەکات بەبێ ئەوەی تووشی لوتبەرزی و خۆبەگەورەزانینی بکات، هەروەها گیانی متمانەبەخۆبوونی بۆ دروست دەکات بەبێ ئەوەی تووشی بێ ئومێدی بکات و سەرکەش بوون ڕووی تێ بکات.

خۆبەکەمزانین (تواضع)، لێبوردەیی، یارمەتیدانی خەڵک، قبوڵکردنی بەرامبەر وەکو خۆی، دڵ پاکی، نەرم و نیانی، بەخشینی خۆشەویستی بەواتایەکی تر، ئەمانە تەواو پێچەوانەی لوتبەرزین، بۆیە هەمیشە و بەردەوام سیفەتی پێغەمبەران و پیاوچاکان و ڕاستگۆیان بووە.

ویستگەکانی بەخۆداچوونەوە

شوان رابەر

ئیسلام کە بەرنامەی ژیانە چەندان کات و وێستگەی بە خۆداچوونەوەو گەڕانەوە لای خوای گەورە و تەوبەکردنی داناوە لە ژیانی ئینساندا، هەر کاتێك و لە هەر شوێنێك ئینسان بە خۆی دا بێتەوە و لە گوناهەکانی پەشیمان بێتەوە و بگەڕێتەوە لای خوای گەورە، دەرفەت و شتێکی باشە و خوای گەورە تەوبەی ڕاستوپاکی لێ قبول دەکا، ئەخاسمە هەندێ کات و وێستگەی گشتی داناوە کە موسڵمانان ساڵانە لە یەك کاتدا دروشمێکی خوای گەورە ئەنجام دەدەن و بواری تەوبەکردنیان تێدا زۆرە کە ئەمانەن.

١- حەجکردن: ڕوکنێکە لە ڕوکنەکانی ئیسلام ، هەر کەسێ توانای ماددی و مانەوی هەبێ ، دەبێ لە ژیانی دا یەکجار سەردانی ماڵی خوای گەورە (بيت الله الحرام) بکات، لەوێ داوای لێخۆشبوون لە خوای گەورە دەکات و ڕوکنێك ئەنجام دەدات، ئەگەر خوای گەورە حەجەکەی لێ قبول بکا وەك منالی ساوا وبێ گوناه دەگەڕێتەوە ماڵەوە، ئیتر حەجکردن خێر و پاداشتی زۆرە وکۆنگرەیەکی ساڵانەیە، بۆیە ساڵانە لە یەك کاتدا لە هەموو جیهان بە ملیۆنان کەس ڕوو لە ماڵی خوا دەکەنو ئەم فەریزەیە ئەنجام دەدەن.

٢- عومرەکردن: سونەتێکی بە خێرە، ساڵ دوازدە مانگ دەکرێ، ئینسان دەتوانی سەردانی ماڵی خوا بکا و لەوێ بگەڕێتەوە لای خوای گەورە وخواپەرستی ئەنجام بدات

٣- جومعە: کۆبونەوەیەکی هەفتانەی موسڵمانانە، ئەگەر ئینسان هەندێ کاری چاك لە جومعەدا بکا دەبێتە کە فارەتی گوناهەکانی تا جومعەیەکی تر، لە هەمان کات وێستگەیەکە بۆ بەخۆداچونەوەو گەڕانەوە لای خوای گەورە.

٤- ڕەمەزان: ساڵانە موسڵمانان یەك مانگ لە ڕەمەزان بە ڕۆژو دەبن، ڕەمەزان خێر و بەرەکەتێکی زۆری تیایە، بواری تەویەو چاکە و پاك بونەوەی تیادا زۆرە، ئینسان دەتوانێ بگەڕێتەوە لای خوای گەورە و لە گوناهەکانی تەوبە بکات.

٥- فەرزەکان: ئینسان لە شەوو ڕۆژێك پێنج نوێژی لەسەر فەرزو واجبە، دەتوانێ لە کاتی هەموو نوێژەکانی تەوبە بکا و بگەڕێتەوە لای خوای گەورە.

٦- سوننەتەکان: زۆر نوێژ هەن سوننەتن، ئەگەر ئینسان بیانکات دەتوانێ تیایاندا بە خۆیدا بێتەوە.

٧- سوننەتی ڕۆژو: لە هەر مانگێك چەندان ڕۆژ سوننەتە ئینسان بەڕۆژو بێ، وەك دووشەممە و پێنج شەممە و ١٣ و ١٤ و ١٥ ی هەموو مانگێکوچەندان ڕۆژی تر، دەتوانێ لەم ڕۆژانە بە خۆیدا بێتەوە.

٨- تەوبەکردن: هەر کاتێك ئینسان تەوبە بکا و بگەڕێتەوە لای خوای گەورە، بۆی هەیەو دەرگا والایە، کەواتە دەتوانێ بە گوناهو بێ گوناهکردن، بەردەوام تەوبە بکات و بگەڕێتەوە لای خوای گەورە.

ئیتر هەموو ئەوانەو زیاتریش وێستگەی بە خۆداچونەوەن بۆئینسان.

5 ڕێگا
بۆ بەدەستهێنانی خۆشەویستی بەڕێوەبەرەکەت بدۆزەوە!

عبدالقهار بلباس qahar1980@gmail.com

شوێنی کار ماڵی دووەمی مرۆڤە لەبەر ئەوەی زۆربەی کاتەکانی لەوێ بەسەر دەبات، هەندێ جار ئەو کاتەی لە کارکردن بەسەری دەبات زیاترە لەوەی کە لەگەڵ ماڵ و خێزانیەتی، بۆیە مرۆڤ بەردەوام هەوڵ دەدات خۆشەویستی و ڕێزی بەڕێوەبەرەکەی لەسەر کار بەدەست بێنێت، لە هەمان کات ڕێزی هاوکارەکانی کە زۆر لە کاتەکانی لەگەڵ ئەوان بەسەر دەبات، لەبەر ئەوەی شوێنی کاری بێ بەش لە خۆشەویستی و ڕێز لە نێوان کەسەکان زیاتر لە زیندان دەچێت.

جا بۆ ئەوەی کەسێک بیەوێت خۆشەویستی و ڕێزی بەڕێوەبەری کارەکەی بەدەست بێنێت چەندین ڕێگە و شێواز بۆ ئەمە بەکار دێنێت، ڤێزەونترینیان دووڕوویی و خۆ نزیکردنەوەیە لە خودی بەڕێوەبەر بە شێوازێکی نا شایستە، بەڵام بێ ئاگا لەوەی لە جێگەی خۆشەویستی و متمانە ڕێزی خۆی لەبەرامبەر بەڕێوەبەر و هاوکارەکانی لە دەست دەدات.

بۆیە پێویستە بزانین ئەو ڕێگا دروستانە چین کە یارمەتیدەرە بۆ بە دەستهێنانی خۆشەویستی بەڕێوەبەری کار:

وردبینی: زۆرترین ئەو شتانەی کەسێک بیەوێت لە ڕێگەیەوە خۆشەویستی و ڕێزی بەڕێوەبەری کارەکەی بەدەست بێنێت بریتیە لە وردبینی لە کارەکان، وردبینی و ئەنجامدانی کارەکان بە باشترین شێوە خۆشەویستی و ڕێز لە دڵی بەڕێوەبەر دەچەسپێنێ، لەبەر ئەوەی خاوەن کار تەنها شتێک بیەوێت ئەوەیە کارەکەی بە باشترین و تەواوترین شێواز ئەنجام بدرێت، جا یەکێك بتوانێت ئەوە بێنێتە جێ و وردبین بێت لە کارەکەی و بەردەوام ئەرکی سەرشانی بە جوانترین شێوە و دوور لە کەم و کوڕی جێبەجێ بکات بێگومان شوێنێکی دیاری دەبێت لە دڵی بەڕێوەبەری کارەکەی.

٢- دان نان بە هەڵە: بێگومان هیچ کەس نیە بە بێ هەڵە، ئاسایە یەکێك لە کارەکەی ڕووبەڕووی هەڵە بێتەوە، لەوانەیە ئەوکات هەست بکات کە خۆشەویستی و ڕێزی بەڕێوەبەرەکەی لەدەستداوە، بەڵام ئەمە ڕاست نیە، لەبەر ئەوەی کەوتنە ناو هەڵە ئەنگی نیە، بەڵکو ئەنگی ئەوەیە کە لەسەر هەڵە بەردەوام بێت و دانی پێدا نەنێی، لەبەر ئەوەی کەسێك هەڵە بکات و دان بە هەڵەکەشی نەنێت لای بەڕێوەبەری کارەکەی بە کەسێکی ترسنۆك وێنا دەبێت کە ناتوانێت بەرپرسیارێتی هەڵەکانی لە ئەستۆ بگرێت، بەمەش پایەی خۆی لەلای ئەو لە دەست دەدات، بۆیە کاتێك یەکێك دەکەوێتە نێو هەڵە پێویستە لەبەردەم بەڕێوەبەرەکەی دانی پێدا بنێ هەتا ئەگەر هاتوو لەبەرامبەر ئەو هەڵەیە سزاش بدرێت، بەڵام لە بەرامبەردا ڕێز و شکۆی خۆی لای ئەو بەڕێوەبەرە بەدەست دێنێتەوە، وە کەسێك دەبێت لە جێگای متمانەی ئەو

بوونی پەیوەندی باش: زۆر گرنگە پەیوەندی باش هەبێت لە نێوان کارمەند و بەڕێوەبەری کار، ئەم پەیوەندیە وا دەکات کارمەندەکە پێگەی بەڕێوەبەرەکەی بزانێت و لە گفتوگۆکردن لەگەڵی ڕێزی لێ بنێت بەبێ دووڕوویی کردن بۆی، وە لە هەمان کاتدا بەڕێوەبەریش بە هەمان شێوەی خۆی مامەڵەی لەگەڵ دەکات و ڕێزی دەگرێت. بوونی پەیوەندی باش لە میانەی ئەنجامدانی کار تەنها سوودبەخش نیە بۆ کارمەندەکە بە تەنها بۆ ئەوەی لای بەڕێوەبەرەکەی بە جوانی بێتە بەرچاو، بەڵکو سوودی بۆ خودی کارەکەش هەیە، لەبەر ئەوەی کەش و هەوای پێکەوە ژیان و پەیوەندی باش وا دەکات کارەکە بگاتە ترۆپکی سەرکەوتن.

٤- ڕێکخستن: کارمەندێك ئیش و کارەکانی بە ڕێکی بیات بەڕێوە شایستەی هەموو ڕێز و پێزانین و خۆشەویستیەکە لەلای بەڕێوەبەرەکەی، ئەو کارمەندە کاتێك ڕێڕەوی کارەکەی بەباشی دەزانێت و پارێزگاری لەسەر سیستەمی کارەکەی دەکات، بێگومان شوێنێکی تایبەتی لەلای بەڕێوەبەری کار دەبێت کە جەخت لەسەر بەڕێوەچوونی کارەکان دەکاتەوە بەشێوەیەکی ڕێك و گونجاو، ئەم ڕێك و پێکیەش دەبێتە مایەی دڵئارامی بۆ خودی کارمەندەکە و سەرکەوتنیش بۆ کارەکە

٥- حەزی فێربوون: گرفتی گەورەی کارمەندان لەسەر کار ئەوەیە کە وای دەبینێت ئیتر ئەو کارامەیی تەواوی لە کارەکەی بە دەست هێناوە و پێویست بە فێربوونی هیچ شتێکی تر ناکات، بۆیە کاتێك بەڕێوەبەر شتێکی نوێی فێر دەکات ئەو بە دەم هەوڵەکەی ناچێت و حەزی لەوە نیە فێری ببێت، بەم هۆیەوە پێگەی خۆی لەلایەن بەڕێوەبەرەکەی لە دەست دەدات کە هەردەم لە خەمی ئەوەدایە کە ئەو کەسانەی لەگەڵی کار دەکەن مەشق بدرێن و بەرەو پێش بچن، بۆیە ئەو کارمەندەی بەردەوام ئامادەیی خۆی نیشان دەدات بۆ فێربوونی زانیاری نوێ، هەروەها لە هەوڵی پێشکەوتندایە لە بواری کارەکەی پێگەیەکی بەرز و خۆشەویستی و ڕێزێکی تایبەتی لای بەڕێوەبەری کارەکەی دەبێت و دەزانێت کە کەسی شیاوی لە شوێنی شیاو داناوە.

قومریە بەرزنجی

ئەڵقەی یەکەم

ڕۆڵی مامۆستا لە پێگەیاندنی قوتابیاندا!

بەهای ڕاستەقینەی مرۆڤ لەوەدایە هەموو توانا عەقلی و فیکری و جەستەییەکانی وەگەڕ بخات بۆ بەرجەستە کردنی توانا مرۆییەکان کە بە فاکتەری سەرەکی گەشەکردنی تاك و کومەلگە لە قەڵەم ئەدرێن، بە شێوەیەك هەرکاتێك ویستی زیادی کرد، گەشەی هەمەلایەنەی مروڤ وکۆمەلگە ڕوو لە زیاد بوون دەکەن، ڕوون وئاشکریە کە گەشەکردن وپێشکەوتن هیچ کات لە فەوزاو ئالۆزی و بێ سەرو بەریدا بەدی نایەت، بیرمەندانی هاوچەرخ بەم شێوەیە ئاماژە بە کلیلی گەشەو ئاوەدانی دەکەن.

پێناسەی گەشەپێدانی مرۆیی

کردارێکی گۆڕانکاری و گەشەکردن و بەرەو پێش چونە بە پێی توانا بەرەو باش و باشتر و باشترین، وە بەردەوام و گشتگیرە لە بەکارهێنانی توانا مادی و مەعنەویەکانی بۆ گەشتن بە ئامانجێکی بالا.

بە پێی ئەو پێناسەیەی سەرەوە گەشەکردن ئەم تایبەتمەندییانەی هەیە :

١- گۆڕانکاری و بەرەوپێشچون لەسەر ئاستی تاك

٢- گۆڕانکاری و بەرەوپێشچون لەسەر ئاستی کۆمەڵگە

گۆڕانکاری پێویستە هەموو چین و توێژەکانی کۆمەڵگە بگرێتەوەو لە سەرجەم بوارو بابەتەکاندا بیچێت بۆ ئەوەی کە گەشەکردنێکی گشتی و گشتگیر بێتەئاراوە.

بەردەوامی - گشتگیری

٣- بەردەوامی، کە فاکتەرێکی زۆر گرنگە بۆ گەشە کردن و سەرکەوتن و گەیشتن بە ئامانج چونکە مروڤ بۆ ئامانجێکی پیرۆز بەدی هاتووە.

٤- گشتگیری، پێویستە مرۆڤ بە هەموو توانا مادی مەعنەوییەکانی بەشدار بێت لە گۆنکارییەکان و ببێتە بەشێك لەو گۆڕانکارییانە چەقبەستوو نەبێت .

فاکتەرە گشتیەکانی کانی گەشەپێدانی مرۆیی:

١- مرۆڤ پێویستە خولیاو ئامادەگیەکی بەردەوام و کارای هەبێت لە پێناوی ئەنجامدانی گۆڕانکاری بەردەوام،گەشەکردن پێویستی بە توانایەکی مرۆیی بەهێز هەیە بە بایگراوەندێکی هۆشیاری و مەعریفی زۆروە.

٢- بیری بەهێزو خاوەن ڕۆشنبیرییەکی دەوڵەمەند. ئەو گەلەی کە کەسایەتیەکان و شتەکانی لە دەست ئەدات بەلأم شارستانیەت و بیری پارێزراو دەبێت و ئەمێنێتەوە،دەتوانێت سەر لە نوێ دەست پێبکاتەوەو بالأبکات و گەشەبکات چونکە بیرو هزرو ڕۆشنبیری ڕیشەی بە ناخی شارستانیەتەکەیدا ڕۆچووەو هێزی مانەوەو نەفەوتانی پێبەخشیووە.

٣- پاراستنی ڕەوشت وەك بنەمایەکی بەهێزی گەشەکردن .

٤- بە باشترین شێواز بەکارهێنانی توانا مادی و مرۆییەکان و سەرچاوە سروشتیەکان.

٥- پابەندبوون بە ڕێکاری زانستی وگرنگترین شێوازی گەشەپێدانی بەرهەمهێنان.

٦- پاراستنی سامانی گشتی کۆمەڵگە

٧- دادپەروەری لە دابەشکردندا.

٨- گەشەپێدانی تاك کە لە پەروەردەی فیکری و ڕەوشتیەوە دە سپێدەکات ئەوجا ڕێنوێنی دەکات بۆ لایەنەکانی ترو دامەزراندنی دامودەزگاکانی تری کۆمەلایەتی، کە گرنگترینیان دەزگای پێگەیاندنی ئەوەی نوێیە لە پرۆسەی پەروەردەو فیرکردن

بە ها مرۆییەکانی پەیوەست بە گەشە کردن

١- ئـەو بەهایانەی هاندەرن بۆ گەشـە کردن و بەرەو پێشـچون ،وەك بەهای کارو پارێزگاری داهات ڕێگری لەزیادە مەسرەف و بە فیڕۆدانی بەرهەمەکان .

٢ - ئـەو بەهایانـەی کـە پاڵنـەرن بۆ بەردەوامی وگەشەکردن و بەرەو پێش چوون وەك: توانای مرۆیی و زانسـت و ئامانج لە فێربوونی.

٣ - ئەو بەهایانەی بوار دەڕەخسێنن و ڕێخۆشکەرن بۆ گەشـەپێدان و بەرەو پێش چـوون وەك: بەهای دادگـەری کۆمەڵایەتی و یەکڕیـزی و پێویسـتی یەکبـوون و یەکگرتوویی تاکەکانی کۆمەڵگە.

سـەرجەم ئـەو بەهایانـە بەدیهێنەرو پارێزگاریکەری ژینگەیەکی لەبارن بۆ گەشە پێدانی مرۆیی.

ئامانجەکانی گەشەپێدانی مرۆیی

١-ئامانجی ئابوری :بەکارهێنانی بەرهەم و سـەرچاوە سروشـتیەکان بەمەبەسـتی ژیانێکی ئاسودە بۆ تاکەکانی کۆمەڵگە.

٢- ئامانجـی مرۆیـی :ئـەم ئامانجە بە یەکێـك لە ئامانجـە بنەڕەتیەکان لە قەڵەم ئەدرێت لە پرۆسـەی گەشە پێدانی مرۆیی کەبریتییە لە بڵاوکردنـەوەو بایەخدان بە بەها مرۆییەکانی وەك .مەعریفەو ئاشـتی و پەروەردە ودادپەروەری.

٣ـ فێرکردن: بە گرنگترینی ئامانجەکان دەژمێردرێـت کەئامانجـی بەرزکردنەوەی ئاسـتی هۆشـیاری و مەعریفـی تاکەکانی کۆمەڵگـەو ئاگادارکردنەوەیانە لە بەرانبەر پـرس و بابەتـە مەترسـیدارەکانی وەك نەخوێنـدەواری و هـەژاری و بێئاگایـی لە دەوروبەرو جیهان.بـە تایبەتی لەم زەمەنی جیهانگیرییە ڕۆشـنبیری و فرە ڕەهەندەی کە مەترسی بۆ سەر کلتوورو داب و نەریتی وڵاتان و سلوکی تاکەکانیانی دروست کردووە.

٤- پشـت بەخۆبەسـتن، یەکێـك لـە ئامانجەکانی گەشـەپێدانی مرۆیی ڕاهێنانی تاکە کە پشت بە تواناکانی خۆی ببەستێت و خۆی دوور بگرێ لە هەرشێوە چاولێکەرییەکی نەرێنی، پێویسـتە سوود وەربگرتن لە توانا زاتییـەکان. بەوپێیـەش دەبێتـە تاکێکـی بەرهەمهێن بۆ کۆمەڵگەکەی.

پەیڤێك سەبارەت بە هاوڕێیەتی !

ئایا تا ئێستا ئەو پرسیارەت لەخۆت کـردووە، هاوڕێی باش کامەیە، سیفەتەکانی کامانەن،خۆت توانیوتە ببیتە هاوڕێیەکی باش ؟

بێگومان هەریەك لە ئێمە بەلای کەمەوە هاوڕێیەك یان زیاترمان هەیە، بەڵام زۆرجار کەسێ لەوکەسانە هەڵنەبژێرین کە سیفەتی هاوڕێی ڕاستەقینەیان تێدایە، وەك دەڵێن کەسی تەنگانەیە.

جوانی و سیفەتی هاوڕێیەکی ڕاستەقینە لەنێوان تۆ و هاوڕێکەتدا وەك ئاوێنەیە، چونکە ئاوێنە بە شێوەیەکی ڕاست و بێ درۆ وێنەکان وەك خۆی نیشان دەدا.

واتە ئەو سیفەتەی لەتۆدا هەیە لە هاوڕێکەتدا بەدیت کرد، واتە تۆ خاوەنی سامانێکی بەنرخی کە ئەویش هاوڕێی ڕاستەقینەیە، ڕەنگە زۆرشت لەژیاناماندا بۆ ماوەیەك بێ و کۆن بێ،بەڵام هاوڕێیەتی پاك بـەردەوام بەشێکی گرنگی ژیانمانە، وە بۆ مانەوەشی پێویستمان بە (ڕێز، وەفا، متمانە، خۆشەویستی، ڕاستگۆیی) دەبێت.

چۆن دەبیتە هاوڕێیەکی باش:

١- سەرەتا هاوڕێیەتی کەسێك بکە کە سودی بۆ ژیانی دونیا و دوا ڕۆژت هەبێ، کەسێك بێت کە نزیکت بکاتەوە لەخواو ڕێبازەکەی،نەبێتە هۆی لاواز بوونی ئیمانت پێغەمبەر درودی خوای لێبێت فەرمویەتی: (مرۆڤ لەسەر دینی هاوڕێکەیەتی)

٢- هەمیشە بەشداربە لە ساتە خۆشەکانی هاوڕێکەتدا.

٣- لەکاتی ناخۆشی و کێشەکانیدا پشت و پەنای بەو یارمەتی بدە.

٤- ئەگەر گوزەرانی ژیانت لەهاوڕێکەت باشتر بوو، ئەوا ئەوە مەکە بە پێوەرێك بۆ هاوڕێیەتیتان، چونکە وەك دەزانین لەم ڕۆژگارەی ئێستاماندا سەروەت و سامان لای هەندێك کەس لە زۆر شتی دونیا بەنرخترە، وە ئەگەر هاوڕێکەت گوزەرانی ژیانی لە تۆ باشتر بوو با هاوڕێکەتیەکەت بۆ بەدەستهێنانی ماڵ و سامانی ئەو نەبێت.

٥- هەمیشە هاوکاری مادی و مەعنەوی یەکتر بکەن لەکاتی پێویستدا، ئەمەش هۆکارێکە بۆ لەیەك تێگەیشتنی زیاتر و زیاتر پتەوبوونی پەیوەندییەکان.

٦- هەڵە بچوك و لاوازەکانی یەکتر قبوڵ بکەن و بە لێبوردەیی و سنگ فراوانی چارەی بکەن.

رگێرانی: ئەمیر ئەحمەد عەبدولقادر

ئەڵقەی یەکەم

10 دەروازەکانی سەرکەوتن

١. بۆچـی هەنـدێ کـەس زیاتر لە کەسانی تر سەردەکەون؟

٢. بۆچـی هەنـدێ کـەس بەهرەو زانیاری تەواویان هەیە بۆ سـەرکەوتن؟ و لە گەڵ ئەوەشدا لە ئاستێکی گوزەرانی کەمتر ژیان بەسەر دەبەن لە وەی کە لە توانایاندایە تیادا بژین.

وەڵامەکـەی پێویسـتی بـە لێکۆڵینەوەیەك بوو لە لایەن دکتۆرێکی پسـپۆڕ لە زانسـتی کارگێڕی و کڕین و فرۆشـتن و شـتی تر، و ئامادەبوون لە زۆر ئەڵقـەی خوێنـدن و خوێندنەوەی هەزاران کتێب.

بـە تێ ڕوانینی دکتۆر وەڵامەکە لە شێوەی دە دەروازەدایە لە چوار چێوەی کتێبێك کە ناوی ناوە: دە دەروازەکانی سـەرکەوتن، کـە لە سـاڵی ١٩٩٩ بڵاوی کردبـۆوە و ئـەم بینیوە تەنهـا ماوەی چەنـد مانگێـك لە مەوبـەر نەبێت لە بەشـی کتێبی بازاڕی کارفور لە دوبەی ـبەداوای لێبوردنەوە!

دەروازەی یەکـەم: پاڵنـەرەکان کـە وەك بزوێنەر وان بۆ ڕەفتاری مرۆڤ.

گەنجێك ڕۆیشـت بۆ ئـەوەی دانایی لـە حەکیمێکـی چینـی یـەوە فێربێ پرسـیاری لێ کـرد نهێنی سـەرکەوتن چی یـە، ڕێنمایی کرد کـە پاڵنەرکانن، هـاوڕێ کەمان داوای ڕاڤەکردنی زیاتری کرد،حەکیمەکە سەری گەنجەکەی گرت و نقومـی نـاو ئـاوی کرد، کـە ماوەی چەنـد چرکەیەك جوڵەی نەکرد، ئینجا ئەو دەسـتی بە هەوڵدان کرد بۆ هێنانە دەرەوەی سـەری لە نـاو ئاوەکە، ئینجا دەسـتی کرد بە بەرگری کردنی دەستی حەکیـم بـۆ ئەوەی سـەری دەر بێنێ، ئینجا بـە هەموو هێزی خـۆی هەوڵی دا تاکـو ژیانی لـە خنکان لـە دەریای حیکمـەت ڕزگار بکاتەو لـە کۆتایی دا سەرکەوت.

لە سەرتادا پاڵنەرکانی هەبوون بەڵام بەس نەبـوون، دوای ئـەوە پاڵنەرەکان زیاتر بوون بەڵام نەگیشـتنە ئەو بەڕێ، ئینجا لـە کۆتایـدا گەیشـتنە قۆناغی شـپرزەبوون کلبەگرتن، دەستی حەکیم تەنها لە ڕێگەی ئەم پاڵنەرە بەهێزانەوە لادرا. هـەر کەسـێك ئارەزوویەکـی گڕگرتـووی هەبـێ بۆ سـەرکەوتن بێ گومان سەردەکەوێ، وە ئەمەش دەسپێکی ڕێگای سەرکەوتنە.

** دەروازەی دووەم: ئـەو توانایەی کە سوتەمەنی ژیانە **

ژیری ساغ و تەندروست پێویستی بە جەستەی ساغ هەیە، و بێ گومان دەبێ ئاستی هەردووکیان بەرز بکرێتەوە بۆ ئەوەی ژیانێکی ساغ و تەندروست بژین.

باشترین دەسپێك ئەوەیە دزەکانی توانای پێویستی ژیانمان دیاری بکەین ئێمەی ئادمیزاد، یەکەمیان پرۆسەی خودی هەرس کردنە، کە داوا دەکات لە خوێن – هۆکاری گواستنەوەی ووزە بۆ هەموو جەستە – کە لە ٨٠٪ ی بە ئاراستەی گەدە بڕوات کاتێك پڕ دەبێ لە خواردن، درودی خوای گەورە لە سەر ئەو کەسە بێت کە فەرموویەتی برسی بن تەندروست دەبن، نیگەرانی دەروونی دووەمین دزی ووزە توانایە،کە هۆکاری هەست کردنە بە لاوازی و سێ یەمیشیان هەوڵی زیادەیە بێ پشوو. ئێستا چۆن ئاستەکانی توانا لای هەر یەکێکمان بەرز بکەینەوە – لە سەر ئاستی جەستەیی و ژیری دەروونی؟ وەرزش و ڕاهێنان ، ئینجا نووسینەوەی ئامانجەکانی ژیان لای هەر یەکێکمان، و پێداچوونەوەی ڕۆژانە بۆ ئەوەی بزانین چیمان بەجێ هێناوە ، ئینجا لە کۆتایی دا بە تەنهایی لە شوێنێکی خۆش دانیشی بۆ ئەوەی ووچانێك بدەی بە دەروونت بە ئارامی و هاوسەنگی.

** دەروازەی سێ هەم: شارەزایی کە باغ و بێستانی دانایی یە**

لە لیستی چاککردنەوەی مەکینەیەك هاتووە کە نرخی بزماری خراپ یەك دۆلارە و زانینی شوێنی ئەو بزمارە تێچوونەکەی ٩٩٩ دۆلارە .

هەندێك پێ یان وایە سەرکەوتن بە شانس و ڕێکەوتە، و ئەو کەسانە سەرکەوتن ناناسن ئەگەر بێتە بەر دەمیشیان .

ئاسین بریتی یە لە هێز، و بەو ڕادەیەی زانست و زانیاریت هەیە بە هێزو داهێنەر دەبێت و ئینجا سەرکەوتن بە دەست دێنی.

بەم دوایی یە چەند کتێبێکت خوێندۆتەوە و گوێت لە چەند کاسێتی فێرکاری گرتووە؟ وە ماوەی چەند لە بەردەم تەلەفزیۆن دادەنیشی ؟یەکێك کە ئامادەی کۆڕێکی دکتۆر بوبو سکالای کرد کە لە کارەکەی دەرکراوە لە چێشتخانە کاری دەکرد،پرسیاری لێ کرد ئاخۆ هیچ بابەتێکی خوێندۆتەوە بۆ ئەوەی بتوانی لە چێشتخانە کار بکات ، لە وەڵامدا گوتی کارکردن لە چێشتخانە پێویستی بە خوێندنەوە نی یە ، ئەم نەفامیە ئەرکەکەی لە دەست دا .بۆ ئەوەی بگەیتە بەیانیەکی باشتر و دواڕۆژێکی پرشنگدار زیاتر شت فێر بە بێ وەستان، ئەو وتە ئەستەفە چینی یەت لە بیر بێ کە دەڵێ: خوێندنەوە بۆ ئەقڵ وەکو وەرزش وایە بۆ لاشە.

لێرەدا پێم خۆشە زانیاریەکی زمانەوانی باس بکەم ، ئەویش مانای وشەی شانس یان بەخت لە زمانی عەرەبی، کو وەرگێڕاوی ووشەی LUCK ی ئینگلیزی یە – ئەمەش وەرگێڕانێکی ناتەواوە، چونکە پێناسەی سانش لە عەرەبی دا بریتی یە لە نەسیب، لە قورئاندا ئەم ئایەتە هاتووە: (و ما یلقاها إلا الذین صبروا، و ما یلقاها إلا ذو حظ عظیم) وە لە زمانەوانیدا دەگوترێ فلان کەس شانسی لە هێزدا هەیە، وە فلان ئافرەت لە جوانیدا بەختی هەیە، هەموو ئەمانەش مانای نسیب و قەدەرە، ئاخۆ باپیرانی عەرەبمان نەیانزانیوە – یاخود بڵێ دانی پێدانانێن – لە سەر ئەوە ڕێککەوتوون کە ئەمڕۆ شانس مانای چییە؟

دەروازەی چوارەم: وێناکردن – هێنانە خەیاڵ- ڕێبازتە بەرەو سەرکەوتن

دەسکەوت و سەرکەوتنەکانی ئەمڕۆ خەون و ئاواتەکانی دوێنی یە ، هێنانە خەیاڵ سەرەتای داهێنانە، و ئەو گرنگترە لە خودی مەعریفەت ، و هەر ئەوە ئەو جیهانە پێك دێنێ کە تیایدا دەژین . زۆر لە خەونەکان مایەی گاڵتەجاری جیهان بوون بەر لە هاتنەدی یان، وەکو خەونەکەی فرید سمیپ دامەزرێنەری فیدرال (کسبریس) و خەونی والت دیزنی کە شەش جار مایە پوچی کرد تا هاتەدی .هەموو شتێك یەکەم جار لە ناو ئەقڵدا ڕوودەدات، بۆیە کە خۆت دەبینی سەرکەوتووی و دەتوانێ ئامانجەکانت بهێنێتەدی و لە دڵەوە باوەڕت بەمە هەیە .هەموو ئەمانە هێزێکی ناوخۆیی دروست دەکات کە ئەم خەونە دێنێتەدی.

هەندێ بیرۆکەی مەزن دەمرن بەر لەوەی لە دایك بن لەبەر دوو هۆکار: نەبوونی باوەڕێکی ناوخۆ، و ڕێگری کردنی کەسانی دەوروبەرمان، تەنها شوێنێك کە خەونەکانت تیادا ئەستەم بێ لە ناوخۆی خۆت دایە.

** دەروازەی پێنجەم: کردەوە (جێ بەجێ کردنی ئەوەی فێری بوویت) ڕێگایە بەرەو هێز**

بە تەنها زانین بەس نی یە، بێ گومان پێویستە ئەنجامدانی کرداری لە گەڵدا بێت و بە تەنها ئامادە باشی بەس نی یە، بێگومان دەبێت ئیش و کار بکرێت، بەڵکو زانینی بێ جێبەجێ کردن لەوانەیە سەر ئەنجامەکەی شکست هێنان و لە ناوچوون بێت.دانایی ئەوەیە بزانی چی دەکەی، و شارەزایی یش ئەوەیە بزانی چون ئەنجامی دەدەی، و سەرکەوتنیش بریتی یە لە ئەنجامدتنی کارەکە! مرۆڤی ئاسایی ١٠٪ یان کەمتر لەوەی گوێ بیستی دەبێ بیری دەکەوێتەوە، و ٢٥٪ ی ئەوەی دەیبینێ، و ٩٠٪ ی ئەوەی ئەنجامی دەدات، خاوەن سەرکەوتنەکان هەمیشە ئامۆژگاریمان دەکەن مادام ڕازین بەو بیرۆکەیەی لە مێشکماندایە پێویستە دەسبەجێ جێبەجێی بکەین.

لەمپەرەکانی خەڵکی بۆ جوڵانەوە لە دوو شت بەدەر نین:ترس (لە شکست هێنان یان لە پەسەندنەبوونی گۆڕان یان لە نادیار یاخود ترس لە خودی سەرکەوتن!) و درێژەپێدان و بیانووهێنانەوە و دواخستن.

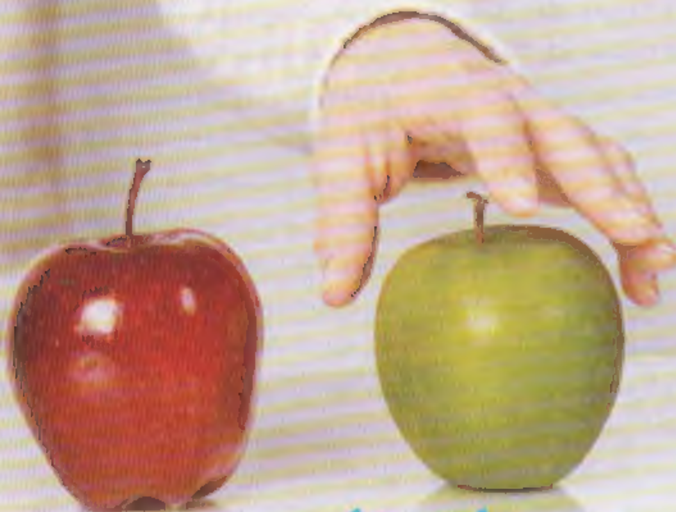
چارەسەری ئەم کێشەیە بریتی یە لە هێنانی خەیاڵی خراپترین شت کە ڕەنگە ڕووبدات، وە باشترین شتێك کە ڕەنگە ڕوونەدات لە ئەنجامی ئەم گۆڕانکاریە، ئینجا بەراوردکردن لە نێوان ئەم دووانەدا شکست هێنان لە ژیاندا نی یە، بەڵکو شارەزایی بەدەست هێنراو، بڕیاری دروست، پاش شارەزایی دێت کە لە بڕیاری نادروستەوە دێت.

هەرگیز نیگەران مەبە لە شکست هێنان، بەڵکو وا باشترە بۆ تۆ بۆ ئەو دەرفەتانە نیگەران بی کە لە دەستت چوون، کاتێك هەوڵ نادەیت تەنانەت تاقیشیان بکەیتەوە.

حیکمەتێکی ژاپۆنی دەڵێت: ئەگەر تۆ حەوت جار بکەویت جاری هەشتەم بوستە. ژیان جەربەزەیەکی مەترسیدارە یان هەر هیچ نی یە، ڕەفتار نواندنی بێ ئەخشە هۆکاری هەموو شکست هێنانێکە. دەتوانی هەندێك پشوو بدەی لێرە بەر لەوەی خوێندنەوە تەواو بکەی، هەستە شەرمەزار مەبە: دانایی بە بەهاترە لەوەی بە لە بیرچوونەوە بە فیڕۆی بدەی. دوای دابڕانێکی کەم دەگەڕێینەوە لە گەڵمان بمێنەوە!

ئەلقەی یەکەم

ئا: کامران عبدالرحمن



زەنگی بەهرە

گۆڕان، باوەربەخۆبون، داهینان

کاتێك مـرۆڤ هەست بەبەهرەیەك یا هزرێکی داهێنەرانە، ئەندێشەیەکی ئیلهامدەر دەکات دەبێت هەوڵ بدات ڕێگەی دەربڕین و هێنانەدی بۆبدۆزێتەوەوکۆسپ وڕێگری لەپێشدا ڕابماڵێت وسەربەست بـڕوات و ڕێگەی خۆڕسکی ئاسایی خۆی بگرێتەبەر، خۆڕسکانەوسروشتیانە.

هەنگاوبەهەنگاو بێ ئـەوەی پەلەی لێبکرێت گەشەبکات،هەربەهرەوتوانایەك کەسەرهەڵدەدات پێویستەئازادبێت لەفۆرم و ڕوو وەرگرتن و گەشەکردندا،گرنگیش نـیـە چ فـۆرم وڕوویـێـك وەردەگـرێ یاهەرشێوەیەك یاڕێگایەك وەردەگـرێ وەگـرنـگ نیەچەند دەخـایـەنـێ وکـەی لەنـگـەردەگـرێت بەڵکوگرینگ ئەوەیە ئەوداهێنانە لەناخدا نەمرێت وبتواندرێت گوزارشتی لێوەبکرێت.

ئـاڵـوگـۆڕێـك کـەلـەژیـانـی ئـێـوەدا ڕوودەدات،ئاڕاستەی ژیانتان دابین ناکات، بەڵکو ئەو بۆچونەی ئێوەیە لەگەڵ ئەم ئاڵوگۆڕەدا دواڕۆژی ئێوەمسۆگەردەکات. ئێـمـە هـەمـوومـان وەك بەلەمێکین لەناوەڕاستی دەریایەکدائەوە ئاراستەی با نیە کەمەبەستی ئێمەدەستنیشان دەکات،لەم بۆچونەدا هەرکەس دەتوانێت بەقازانجی خـۆی ئـاڕاسـتـەی ژیـانـی هەڵبژێرێت یادەست نیشانی بکات،باکان بۆهەموومان بەشێوەیەکی یەکسان هـەڵـدەکـەن بای مـووشـەکـەکـان، بـای دەرفـەتـەکـان،بـای ئاڵوگۆڕەکان، بای ڕەزامەندی،ناڕەزامەندی بەبەردەوامی دەگەشێتەوە هەروەها بای ئـابـوری بـای سیاسی.. بـەڵام تەنهایەك جـیـاوازی هـەیـەئـەویـش ئەوەیە،ئێمە کـەی بـەلـەمـی خـۆمـان بـەرەوکـەنـاری بەختەوەری بـەرێ دەخەین؟ساڵێکاسێ ساڵ؟پێنج ساڵ؟!!جیاوازی لەزەمینەی کات وسـات وگەیشتن وڕێکخستنی چارۆکەی بەلەمەکاندایە ئەوەك لەهەڵکردنی باکان واتا هەڵکردنی چارۆکەکانی بەلەمی هزری ئێمەیە دواڕۆژمان دیاری دەکات.

مـرۆڤ لەهەر قۆناغێکی ژیاندابێت گەربیەوێت لەدووساڵی داهاتووی یاپێنج ساڵی داهاتووی بگۆڕێت تەنها هەرئەوەندە بەسە بەجۆرێکی دڵخواز بۆ بەدیهێنانی ئاوات و ئامانجەکانی هەوڵبدات.

گـەورەتـریـن گـۆڕان لـەگـۆڕانـکـاری بـچـوك دەســت پـێـدەکـات، دەسـت لەملکردنی گۆڕانکاری بچوك هونەرێکی گەورەیەو هەوێنی گۆڕانکاری گەورەیە، دواجـارگـۆڕانـکـاری گـەورەش کەلەسەر گـۆڕانـکـاری ووردوبـچـوك دروسـت دەبن گۆڕانکاری پتەو وڕاستەقینەن وتەمەن وکاریگەرییان درێژترە.

تاچەند لەم دونیایەدا ئاگاداری ڕەوتی گۆڕان بین ئەوەندە باشتروخێراتر سوود لەدەسکەوتەکانی ئەوگۆڕانە وەردەگرین بـەمـەرجـێـك خـۆمـان کـراوەوشـەفـاف بـیـن و تـاکـە ڕێـگـەش بـۆقـبـوڵ کـردن وپەسەندکردنی گۆڕان ئەوەیەکەخۆمان پۆزەتیڤانە مامەڵە لـەگـەڵ گـۆڕان دا بکەین، ئـەمـەش بـەوەدەبـێ کەخۆمان هۆشمەندانەپەنجەرەکانی هۆش ودەروون وهەست ونەستمان بۆگۆڕان ئاواڵابکەین، بەئاگابین وکاریگەرانە بەشداری گۆڕان بکەین نەك تەنیا ببین بەبابەت وکەرەستە بۆ گـۆڕان بگرە بەویستی خۆمان ببین بەپاڵەوان وکەسایەتی کاریگەر لەچیرۆکی گۆڕانەکاندا.

بۆئەوەی بەرهەمێکی باشت هەبێ سەرەتا دەبێت خـۆت لەخۆتاگۆڕانکاری دروسـت بکەیت و خوازیاری ئەوەمەبە کەشتەکان ئاسان ببن هەوڵدەخۆت بەتوانا بکەیت

،خوازیار مەبە شتەکان ئاسان ببنەوەوکێشەت نەیەتەرێ بەڵکوهەوڵدەخۆت قورس وقایم بکەیت ولێزانینی زیاتر پەیدابکەیت!هیچ کات داواکارمەبە ووتووێژەکان کەمتربن یان گیروگرفتەکان چارەسەرنەکەین چونکە تۆبەبێ ئەوشتانە سەرهەڵنادەیت وگەشەناکەیت.

زۆرجار بەشی زۆری خەڵکی هیچ کاتێك لەژیانیاندا هیچ شتێك ڕوونادات، چونکەهیچ کاتێك بەدوای زانستەوەنەبوون. هیچ شارەزاییەکیان بەدەست نەهێناوەکتێبێکیان نەخوێندۆتەوەو هیچ کاتێك ئەرکێکیان نەداوەتەبەر خۆیان سەرلەسیمینارێك بدەن.

بۆیە تێگەیشتن لە ووتوێژەکان و ڕاوێژکردن کلیلی گەشەسەندنی زانست و زانیاری خۆتە. وەتێگەیشتنیش لەفەلسەفەوجەوهەری گۆڕان باشترین ڕێگەیە بۆباوەڕبەخۆهێنان، ئەوانەی کەلەگۆڕان تێدەگەن متمانەیان بەخۆیان هەیە چونکە لەناڕاستەکردنی ژیانیان تێدەگەن، هەست کردن بەگۆڕان وات لێدەکات هەمووکات بزانیت ژیان بەرەو کام مەبەست کام ئامانج دەڕوات واتا ناڕاستەکانی ژیان هەمووکات لەپێش چاودان ئەگەرلەڕێگەی خۆیان لابدەن تێدەگەیت کەپێویستت بەگۆڕانێکی ترە کەواتا هیچ بیانویەك نامێنێت بۆباوەڕبەخۆنەبوون.

وەبۆئەوەی گۆڕان بەئەنجام بگەێنیت زۆربەمان واتێدەگەین کەپێویستمان تەنیا بەشارەزایی وزانیارییە لەگەڵ ئەوەی زانیاری وشارەزایی سودبەخشن بۆمرۆڤ بەڵام ئەوەی پێویستت پێیەتی بۆگۆڕان بەر لە هەمووشتێك بتوانین بەدیدێکی فراوان تەماشای ژیان بکەین.

سروشتی جیهان وادەخوازێ هەمووشتێك لەگۆڕاندابێت، هەمووشتێك وهەمووکەسێك گۆڕانی بەسەردادێت، هەربۆیە ئەگەر چەندئامانجێکت دەست نیشان کردووە بۆ داهاتوویەکی دوور لە بیرت بێت کەپێیان دەگەیت لەڕووی تەمەن وهەست وجەستەوە ئەوکەسەی پێشونیت داهاتوتان لەهیچ کوێ یەکدا نەنوسراوەو هیچ یاسایەك دانەنراوە بۆگەیشتن بەئاوات وئامانج، ئەگەروایە دوارۆژی خۆتان خۆتان دیاری دەکەن کەئەویش دەرفەتە، بەڵام ئەگەر تێنەگەن کەدەتوانن ژیان، دوارۆژ، داهات..... نەگۆڕن، ئەوا هەروەك زۆرینەی خەڵکی بەبێ گۆڕانکاری هەرلەشوێنی خۆتان واق وڕماودەمێننەوە.

بۆیەئەگەر وەك مرۆڤ گەلێك نەڕوانینە بابەتەکان وسەرنج نەدەین بیسەرێکی باش نەبین، دژوارییەکانی قبوڵ نەکەین دڵنیابن دە ساڵی داهاتووش وەك دە ساڵی پێشوتردەبێت دوای شەو ڕۆژ دێت و دواجار پایز و زستان سەرهەڵدەدات وهیچ شتێك ناگۆڕێت.

بۆیەئەگەربمانەوێت بەدەستهاتوەکانمان ئالوگۆڕ بکات، دەبێت پێشتر خۆمان بگۆڕین ئەوەك لەسەرەتای دەست بەکاربوونی هەرکارێکدا، هیوادارین سیاسەتی دەوڵەت وپاسای دارایی و بارودۆخی ئابوری بگۆڕێت، یان بەرپرسەکەم دەست ودڵی فراوان بێت تامەزرۆبم هەمووشتێك بگۆڕێت، گومانیش لەوەدانیە کەهەندێ جار هەست بەلایەنی ترسناك و دژواری گۆڕان دەکەین، چونکە واهەست دەکەین بەشێوەیەکی خراپ کاردەکاتەسەرمان، بەڵام ئەمە تەنیا لەحاڵەتێکدا وایە کەخۆمان بەشێوەیەکی خراپ لەگۆشەیەکی تەسکەوە تەماشای گۆڕان بکەین. ئەگەرنا گۆڕان وەکو هەوێن و یاسایەکی بنەڕەتی سروشت هەڵە قبوڵ ناکات، واتاهەردەم چالاکەو لەبەرژەوەندی مرۆڤ ومرۆڤایەتی دایە و بەئاراستەیەکی سوودبەخش دەڕوا.

ئێمە بەگشتی لەگۆڕان دەترسین بەگۆڕان نیگەران دەبین چونکە شێوازێك لەنێودەبات کەپێی ڕاهاتووین، مۆدیلێك ڕەتدەکاتەوە کەپێی ئاشناین، بەڵام ئەوەی کەدێت ئەوشێوازو مۆدیلەیە کەچاوەڕوانی نین، ئەوەی کەزۆرجار ئامانەوێ بێ هەردێ و هەردەم هەنگاوێك بەرەوپێشەوەمان دەبات. خۆئەگەر تۆ واهەست بکەیت کەئەوپرۆسەی گۆڕانە تۆ وەکو تاکەکەس بەرەوپێشەوە نابات، یان تووشی ئەهامەتی و سەرنەکەوتنت دەکات، ئەواسەرەڕای هەمووشتێك گەشەو شکۆفەی مرۆڤایەتی لەدواوەیە.

کەواتە کەدان بەگۆڕاندادەنێیت چەند چارەسەرێك یان پاڵنەرێك لەبەردەمدایە وەك وتمان گۆڕان واتا کرانەوەو شەفافیەت بۆیە تەنیائەوانەی کەباوەڕیان بەگۆڕان نیە لەزمانی گۆڕان نازانن، وادەزانن هەمووکات یەك ڕێگەیان لەپێشە یەك دەرگایان لەپێشە ئەگەر داخرا هیچ دەرگایەکی تر نیە، بۆیە ئەوکەسانە بەئەستەم دەتوانن شتێکی تر هەڵبژێرن ، کەلە ئەبزی گۆڕان تێگەیشتی تێدەگەی کەتەمەنی لاویەتی خۆی لەخۆیداتەمەنی کەشف وهەڵبژاردنی چەندان پاڵنەروچارەسەری جیاوازو دەیان دەلاقەو پەنجەرەی ڕووناکت لەپێشدادەکرێتەوە.

وەنابێت ئەوەشمان لەبیربچێت ڕووبەڕووبوونەوەی گۆڕان هەروا ئاسان نیە و ئازایەتی و بوێری دەوێ.ئەوئازایەتی و بوێریە پەیوەندی بەبنیاتی جەستەو ماسولکەوە نیە بەڵکو ئەو بوێریە هەست وبۆچوونێکە کەلەزەین و ڕۆحەوە سەرچاوە دەگرێت و واتا لەجیهانبینی دیوی داهێنەرانەوە بۆگۆڕان هەڵدەقوڵێت، بەو مانایەی کەدەبێت بیرو فەلسەفەی گۆڕانت پێ قبوڵ بێت و بەگەشیەوە ڕەفتاری لەگەڵدابکەیت ئینجادەبینیت ژیان لەهەموو قۆناغ و وێستگەیەکدا خۆی نوێ دەکاتەوەو لەهەنگاوێکی نوێ دایە، لەڕاستیدا دەبینیت هیچ شتێك نیە ئاوی کیشەوگرفت بێ ئەوەی هەیە تەنیا بارودۆخیکی نوێیە کەڕەنگەچاوەڕوان نەکراوبێت یاخود سەدلەسەد پێچەوانەی ویستی تۆبێ یا لەگەڵ ئارەزووەکانی تۆدا بەهیچ جۆرێك نەگونجێ، هەربۆیەناوی کیشە یان گرفتی لێدەنێین لەبەرئەوەی پێچەوانەی ئارەزی تۆیە بەڵام ئەگەربەقوڵی لەڕوانگەی فەلسەفی گۆڕانەوە تاو وتوێی بکەی بۆت دەردەکەویت کەبارودۆخێکی نوێ هاتۆتەکایەوە کەدەتوانێ پاڵنەرو ڕێگەچارەی بۆبدۆزیتەوە یابیگۆڕێت، هەندێ لەوگۆڕانانەش خۆت دروستیان دەکەیت و هەندێکیشیان لەدەرەوەی ویست وخواستی خۆتن.

پایان

سەرنووسەر

خانمان ئەمەیە رۆمانسیەت!

زۆرجار و زۆرکەس لێرە و لەوێ سەرسام دەبن بە ئەتەکێت ونەریتی رۆژئاواییەکان و بەنیشانەی پێشکەوتوویی و شارستانی و شکۆیی ناوزەدی دەکەن، بە تایبەت ئەو باسانەی تایبەتن بەخانمان، بەجۆرێك کاریگەرێتیان لەسەر دروست دەکات و هێندێ جاریش لاسایی دەکەنەوە، بەڵام گەر ئاورێك بدەینەوە و بڕوانینە ژیانی پێغەمبەری نازیزمان، (صلى الله عليه وسلم) دەبینین بەراستی ئەو سەرمەشق و پێشەوای هونەری ئەتەکێت و دابونەریتە جوانەکانە، دەبا بڕوانینە چەند بڕگەو سەرە باسێك.

١- کاتێ هونەرمەندێکی بیانی لە فلیم و دراماکاندا دەبینرێت، خەریکە پارویەك دەخاتە دەمی خێزانیەوە خەڵکی پێی سەرسام دەبن، بەڵام با سەرسام بن بەم فەرموودە شیرینەی پێغەمبەر (صلى الله عليه‌وسلم) (إنك لن تنفق نفقة تبتغي بها وجه الله إلا أجرت عليها، حتى ما تجعل في فم امرأتك) رواه البخاري ومسلم

٢- هەندێ وا دەزانن گۆڕینەوەی چەپکە گوڵ و بردنی بە دیاری بۆ یەکدی نەریتێکی رۆژئاواییە، بەڵام ئەم فەرمودە شیرینەیان لەیاد کردوە کە دەفەرموێت (من عرض عليه ريحان، فلا يرده، فإنه طيب الريح، خفيف المحمل) رواه مسلم

٣- سەرسام دەبن کە دەبینن پیاوێکی رۆژئاوایی دەرگای ئۆتۆمبیل بۆ خێزانەکەی دەکاتەوە، بەڵام نازانن صەفیەیی هاوسەری پیغەمبەر (صلى الله عليه‌وسلم) چۆتە سەر ئەژنۆی سەروەرمان تا سواری وڵاخەکەی بێت (وقد روى انه) (صلى الله عليه وسلم) (وضع ركبته لتضع عليها زوجه صفية رضي الله عنها رجلها حتى تركب على بعيرها) رواه البخاري.

٤- کاتێ پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه‌وسلم) لەگەڵ خاتوو عائیشەدا بوو (خوای لێ رازی بێت) گەر ویستبێتی ئاو بخواتەوە ئەوا لەهەمان دەفر کە ئەو ئاوی تێدا خواردۆتەوە و لەجێگا دەمی ئەوەوە ئەمیش ئاوی خواردۆتەوە، هەروەك فەرموویەتی: (كنت أشرب فأناء له النبي (صلى الله عليه وسلم) فيضع فاه على موضع في) رواه مسلم

٥- پرسیاریان لەخاتوو عائیشە کرد پێغەمبەری خوا (صلى الله عليه‌وسلم) لەماڵەوە چی دەکات فەرمووی (كان يخيط ثوبه ويخصف نعله ويعمل ما يعمل الرجال في بيوتهم) رواه احمد.

واتە: وەك هەر مرۆڤێکی تر، کراسەکەی دەدورێتەوە، پێڵاوەکەی چاك دەکات، خزمەتی خۆی و ماڵەکەی دەکات.

لە ئەتەکێتی رۆژئاوادا هاتووە، خۆت خزمەتی خۆت بکە، بەڵام سەروەرمان پێش چەندین سەدە پێش ئەوان بەکردار سەرمەشقی ئەم کاروانە بووە، لەمیانەی ئەم چەند دەقەی کە ئامازەمان پێ دا دەبینین سۆز و رێز و خۆشەویستی و رۆمانسیەتی راستەقینە تەنها لەنێو بەرنامەو پەیامی پەروەردگاردایە، ئەوانی دی روکەش و فریودەرن.